ऋषि प्रसाद

मासिक पत्रिका

हिन्दी, गुजराती, मराठी, उड़िया, तेलुगू, कन्नड़, अंग्रेजी व सिंधी भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : २० अंक : ९
भाषा : हिन्दी (निरंतर अंक : २१९)
१ मार्च २०११ मूल्य : रु. ६-००
फाल्गुन-चैत्र वि.सं. २०६७

स्वामी : संत श्री आसारामजी आश्रम
प्रकाशक और मुद्रक : श्री कौशिकभाई पो. वाणी
प्रकाशन स्थल : संत श्री आसारामजी आश्रम, मोटेरा, संत श्री आसारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद -३८०००५ (गुजरात).
मुद्रण स्थल : विनय प्रिंटिंग प्रेस, "सुदर्शन", मिठाखली अंडरब्रिज के पास, नवरंगपुरा, अहमदाबाद- ३८०००९ (गुजरात).
सम्पादक : श्री कौशिकभाई पो. वाणी
सहसम्पादक : डॉ. प्रे. खो. मकवाणा, श्रीनिवास

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित)

भारत में

(१) वार्षिक : रु. ६०/-
(२) द्विवार्षिक : रु. १००/-
(३) पंचवार्षिक : रु. २२५/-
(४) आजीवन : रु. ५००/-

नेपाल, भूटान व पाकिस्तान में
(सभी भाषाएँ)

(१) वार्षिक : रु. ३००/-
(२) द्विवार्षिक : रु. ६००/-
(३) पंचवार्षिक : रु. १५००/-

अन्य देशों में

(१) वार्षिक : US $ 20
(२) द्विवार्षिक : US $ 40
(३) पंचवार्षिक : US $ 80

ऋषि प्रसाद (अंग्रेजी)	वार्षिक	द्विवार्षिक	पंचवार्षिक
भारत में	७०	१३५	३२५
अन्य देशों में	US$20	US$40	US$80

कृपया अपना सदस्यता शुल्क या अन्य किसी भी प्रकार की नकद राशि रजिस्टर्ड या साधारण डाक द्वारा न भेजा करें। इस माध्यम से कोई भी राशि गुम होने पर आश्रम की जिम्मेदारी नहीं रहेगी। अपनी राशि मनीऑर्डर या डिमांड ड्राफ्ट ('ऋषि प्रसाद' के नाम अहमदाबाद में देय) द्वारा ही भेजने की कृपा करें।

सम्पर्क पता

'ऋषि प्रसाद', संत श्री आसारामजी आश्रम, संत श्री आसारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुजरात).
फोन नं. : (०७९) २७५०५०१०-११, ३९८७७७८८.
e-mail : ashramindia@ashram.org
web-site : www.ashram.org

विभिन्न टी.वी. चैनलों पर पूज्य बापूजी का सत्संग

सजीव प्रसारण के समय नित्य के कार्यक्रम प्रसारित नहीं होते।

✻ A2Z चैनल रिलायंस के 'बिग टीवी' पर भी उपलब्ध है। चैनल नं. 425
✻ care WORLD चैनल 'डिश टीवी' पर उपलब्ध है। चैनल नं. 770
✻ JUS one चैनल 'डिश टीवी' (अमेरिका) पर उपलब्ध है। चैनल नं. 581

स्मृति जैसा मूल्यवान और कुछ नहीं

- पूज्य बापूजी

स्मृति ऐसी नहर है कि जहाँ चाहे इसको ले जा सकते हैं । इस स्मृति को चाहे संसार में ले जाओ - बेचैनी ले आओ, चाहे उसीसे आनंद ले आओ अथवा उसीसे परमात्मा को प्रकट करो । जीवन में स्मृति जैसा मूल्यवान और कुछ नहीं है और स्मृति जैसा खतरनाक भी और कुछ नहीं है। स्मृति दुःख की करो तो दुःखद प्रसंग न होते हुए भी आदमी दुःखी हो जाता है । स्मृति विकार की करो तो स्त्री न होते हुए, विकारी चीज न होते हुए भी आदमी विकारों की चपेट में आ जाता है । गुलाब की शय्या बनी हो, इत्र छँटे हों, अप्सरा आ के कंठ लगे, कामदेव का सब वातावरण हो लेकिन हमारी स्मृति परमात्मा में लगी है तो विकार कुछ नहीं कर सकता ।

हम भीड़-भड़ाके में हों, नगाड़े बजते हों लेकिन हमारी वृत्ति किसी और चिंतन में लगी है तो हमको उसका ख्याल नहीं होता । हम मंदिर में बैठे हैं, आरती हो रही है, अगरबत्ती जल रही है, धूप-दीप से भक्त लोग भगवान की आराधना कर रहे हैं लेकिन हमारी स्मृति किसी गंदी जगह पर है तो हम वहीं हैं, मंदिर में नहीं ! हम अच्छे, पवित्र वातावरण में हैं लेकिन स्मृति मन में द्वेष की हो रही है, राग की हो रही है, शंका की हो रही है तो वातावरण में शांति के स्पंदन होते हुए भी हम उसका अनुभव नहीं कर सकते हैं, उसकी गरिमा को नहीं छू सकते हैं । हमारी स्मृति अगर शंकाशील है, इधर-उधर की है अथवा हमारे मन में कोई सांसारिक समस्या है तो 'हमको बाबाजी कब बुलायें, हमसे कब बात करें ?' - ऐसी स्मृति बनी रहेगी और सत्संग ग्रहण नहीं हो पायेगा ।

स्मृति में बड़ी शक्ति है । स्मृति एक ऐसी धारा है, जो रसोईघर में भी जाती है, पूजागृह में भी जाती है, स्नानागार में भी जाती है और शिवालय में, शिवाभिषेक में भी जाती है ।

जीवन एक बाढ़ की धारा है । जीवन तो पसार हो रहा है लेकिन स्मृति के प्रवाह को खींचकर उचित जगह पर ले जायें । जैसे हिमालय से गंगाजल आता है, सागर की तरफ बहता है । जो पानी खारा होने को जा रहा है, नहरें बनाकर उससे ही गन्ना पैदा किया जाता है । वही पानी कई जगहों पर औषधियों के काम आता है और उसीकी एक शाखा तीर्थों में जाती है और लोग 'गंगे हर' करके आनंदित होते हैं, पूजा करते हैं । ऐसे ही हमारी स्मृतियाँ हमारे जीवन का लक्ष्य बन जाती हैं, इसलिए स्मृति जैसी-तैसी बात में लगाना नहीं, जैसी-तैसी बातों को स्मृति में भरकर बेचैन होना नहीं । कई लोग थोड़ा-सा दुःख होता है लेकिन उस दुःख का सुमिरन करके अपने को ज्यादा दुःखी बना लेते हैं ।

सुमिरन कर-करके घबरा जाना, सुमिरन कर-करके दुःखी हो जाना यह भी सुमिरन के अधीन है और सुमिरन करके दुःखी न होना, सुमिरन करके उचित मार्ग निकाल के निश्चिंत होना यह भी सुमिरन के अधीन है । जहाँ से स्मरण होता है, उस परमात्म-स्वभाव को 'मैं' रूप में जानना, यह साक्षात्कार है ।

सुमिरन ऐसा कीजिये खरे निशाने चोट ।
मन ईश्वर में लीन हो हले न जिह्वा होंठ ॥

विश्रांतियोग... स्मरण करते-करते स्मरण के

मूल में पहुँच गये । शिवोऽहम्... चैतन्योऽहम्... विश्रांति... यह भी एक अवस्था है । अवस्था स्थिर नहीं है । उस परमेश्वर में छोटी-मोटी अवस्थाएँ और यह ऊँची अवस्था शिवोऽहम् वाली अध्यस्थ हैं । लेकिन परमात्म-तत्त्व तो सबका अधिष्ठान, आधार है, उसको 'मैं' रूप में जाननेवाले कितने महान आत्मा, कितने परम पुरुष दिव्य हैं !

ब्राह्मी स्थिति प्राप्त कर, कार्य रहे ना शेष ।
मोह कभी न ठग सके, इच्छा नहीं लवलेश ।।
पूर्ण गुरु किरपा मिली, पूर्ण गुरु का ज्ञान ।
आसुमल से हो गये, साँईं आसाराम ।।

अवस्था का प्रकाशक सत्य है । सत्य की प्रकाशक अवस्था नहीं है ।

'मुझे घाव हो गया । अरे ! मैं मर गया । अब मेरा क्या होगा ? हाय रे ! घाव हो गया ।' - ऐसा सुमिरन करके मैं घाव के दुःख को सहयोग दूँ, यह भी स्मृति से होगा और उसी वृत्ति से सोचूँ कि 'इसको रोगप्रतिकारक दवाओं से धो लेना चाहिए, कोई मलहम लगा देना चाहिए', यह भी तो स्मृति से होता है । तो इस प्रकार स्मृति का उपयोग तो कर लिया लेकिन फिर इस स्मृति को और ऊँची बनायें कि 'शरीर में घाव हुआ है, इस शरीर को रोगप्रतिकारक दवाएँ लग रही हैं लेकिन जिस वक्त शरीर में घाव हुआ था उस वक्त भी चेतना मेरे परमात्मा की ही थी, इस वक्त उसको देखनेवाला भी वही है, रोग मिट जायेगा तब भी देखनेवाला वही मेरा परमात्मा सत्य है । वही मैं हूँ । मेरी सत्ता से स्मृतियाँ होती हैं । **हम हैं अपने आप, हर परिस्थिति और स्मृति के बाप !** जिसकी सत्ता से स्मृतियाँ होती हैं, वही मैं साक्षी सत्य हूँ । हरि ॐ तत् सत्, और सब गपशप' तो मैंने स्मृति का एकदम ऊँचा उपयोग किया ।

समझो मैं दुकान पर गया, ऑफिस में गया दिलचस्पी से धंधा-व्यवहार किया, ऑफिस का काम किया लेकिन दिलचस्पी से काम करते समय भी अगर मेरी स्मृति परमात्मा के प्रति है तो मैंने धंधा-व्यवहार करते हुए भी परमात्मा की भक्ति कर ली । समझ लो मैं महिला हूँ, घर की रसोई बनाती हूँ । रसोई बनाते-बनाते अगर मेरी स्मृति परमात्मा के प्रति है तो मैंने रोटी बनाते हुए भी परमात्मा की भक्ति कर ली । यदि मैं घंटी बजा रहा हूँ और मुझे स्मृति किसी विकार की है तो मैंने पूजा नहीं की, मैंने विकार की स्मृति को महत्त्व दिया ।

स्मृति का बहुत मूल्य है । तुम बाहर से क्या करते हो, उसकी कोई ज्यादा कीमत नहीं है । तुम्हारी स्मृति का तुम कैसा उपयोग करते हो, तुम्हारे चिंतन का तुम कैसा उपयोग करते हो, उसी पर तुम्हारा भविष्य बन जाता है । ऐसा नहीं कि कोई देवी-देवता कहीं बैठकर तुम्हारा भाग्य बना रहा है, तुम्हारी जैसी-जैसी स्मृतियाँ अंदर पड़ी हैं, जैसे-जैसे संस्कार पड़े हैं, जैसी-जैसी मान्यताएँ पड़ी हैं, जिस-जिस प्रकार की इच्छाएँ पड़ी हैं अथवा जैसी तुम बनाते हो, जिनको तुम महत्त्व देते हो ऐसा ही तुम्हारा भविष्य बनता है । जैसे कैसेट चलती है तो जहाँ जो टोन, जहाँ जो शब्द, उपदेश, तरंगें उसने रिकॉर्ड कर रखी हैं, वह जगह जब आती है तो वह ध्वनि हम सुनते हैं, ऐसे ही हमारी स्मृति है । उसमें अनंत जन्मों के संस्कार पड़े हैं; वातावरण के संस्कार, माता-पिता, नाना-नानी, दादा-दादी के संस्कार ये सब स्मृति में जुड़ जाते हैं, फिर उसके अनुसार अपना स्वभाव बन जाता है और उसके अनुसार हम जगत को देखने लग जाते हैं । अब बहादुरी यह है कि इन सबको नगण्य मानकर **नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा...** शरीर को 'मैं', संस्कारों को 'मेरा' और स्वयं को संस्कारों की कठपुतली न मानकर संस्कारों को नष्ट करके जैसे अर्जुन ने स्मृति जगायी, ऐसे ही अपने स्वरूप में जागो ।

घर से निकले, आश्रम तक पहुँचे। आँखों ने तो बहुत लोग देखे होंगे लेकिन किसीकी स्मृति नहीं, जिससे तुम्हारा परिचय था उसकी स्मृति रही कि 'फलाना भाई मिला था' और जिससे तुम्हारा द्वेष था वह भी स्मृति में रह गया कि 'अरे ! अपशकुनी का मुँह देखा तो मजा नहीं आया।' ये दोनों स्मृति में रह गये, बाकी के कोई गहरे नहीं रहे।

आपने ४० साल, ३० साल, २० साल में जो कुछ कमाया उसे छोड़कर दरिद्र होना है तो एक क्षण में हो सकते हैं। ऐसे ही कई जन्मों की वृत्तियाँ, कई जन्मों की स्मृतियाँ, कई जन्मों के संस्कार आप सँभालकर रखेंगे तो कई जन्म और मिलेंगे। लेकिन मुक्त होना हो तो सब वृत्तियाँ परमात्मा को समर्पित करके जो परमात्मा वृत्तियों का उद्गम-स्थान, 'साक्षी' है, उस साक्षीभाव में आ जाओ... बेड़ा पार हो जाय। बड़ा आसान है। ईश्वर हमसे दूर होना चाहे, हमसे अलग होना चाहे तो उसके बस की बात नहीं है लेकिन हम लोगों का दुर्भाग्य है कि हमारी स्मृति संसार में फैल गयी। हमारी स्मृति की धारा देह और देह की अनुकूलता में चली गयी और जहाँ से स्मृति, वृत्ति प्रकट होती है, वहाँ हम अंतर्मुख नहीं होते इसीलिए हमको दुःख भोगने पड़ते हैं।

अगर हमारे पास परमात्मा के लिए थोड़ी भी तड़प है, जिज्ञासा है और संसार की नश्वरता का ज्ञान है तो हम उसी स्मृति को परमात्मा में लगाकर जीवन्मुक्त भी हो सकते हैं।

'महाभारत' में आता है कि

यस्य स्मरणमात्रेण जन्मसंसारबन्धनात् ।
विमुच्यते नमस्तस्मै विष्णवे प्रभविष्णवे ॥

'जिसके स्मरणमात्र से मनुष्य आवागमनरूप बंधन से छूट जाता है, सबको उत्पन्न करनेवाले उस परम प्रभु श्रीविष्णु (जो सबमें बस रहा है, सबरूप है) को बार-बार नमस्कार है।' ❐

जड़ चेतन गुन दोष मय बिस्व कीन्ह करतार ।
संत हंस गुन गहहिं पय परिहरि बारि बिकार ॥

विधाता ने इस जड़-चेतन विश्व को गुण-दोषमय रचा है परंतु संतरूपी हंस दोषरूपी जल को त्यागकर गुणरूपी दूध को ग्रहण करते हैं।

मुखिआ मुखु सो चाहिऐ खान पान कहुँ एक ।
पालइ पोषइ सकल अँग तुलसी सहित बिबेक ॥

प्रधान (राजा) को मुख के समान होना चाहिए, जो खाने-पीने के लिए तो एक ही है परंतु विवेक के साथ समस्त अंगों का पालन-पोषण करता है। **– संत तुलसीदासजी**

सतगुरु हमसे रीझि कै, एक कहा परसंग ।
बरसा बादल प्रेम का, भीजि गया सब अंग ॥
सतगुरु मेरा सूरमा, बेधा सकल सरीर ।
बान धुवाँ सा फूटिया, क्यों जीवे दास कबीर ॥
सतगुरु मारा तान कर, सबद सुरंगी बान ।
मेरा मारा फिर जिये, तो हाथ न गहूं कमान ॥
सतगुरु के उपदेस का, सुनियो एक बिचार ।
जो सतगुरु मिलता नहीं, जाता जम के द्वार ॥

– संत कबीरदासजी

गद गद बानी कंठ में, आँसू टपकै नैन ।
वह तो बिरहिन पीव की, तड़फत है दिन रैन ॥
ज्यों सेमर का सूवना, ज्यों लोभी का धरम ।
अंन बिना भुस कूटना, नाम बिना यो करम ॥
आज्ञाकारी पीव की, रहे पिया के संग ।
तन मन से सेवा करे, और न दूजा रंग ॥

– संत चरनदासजी

धनवन्ते सब ही दुखी, निरधन है दुःखरूप ।
साध सुखी सहजो कहे, पायो भेद अनूप ॥
सहजो गुरु किरपा करी, कहा कहूँ मैं खोल ।
रोम रोम फुल्लित भई, मुखे न आवै बोल ॥

– संत सहजोबाई ❐

सतीष पटेल ने बयान की हकीकत

आश्रम पर झूठे आरोप लगानेवालों ने कुप्रचार के दौर में बहती नदी में हाथ धोने का अवसर देखकर जो मुँह में आये बरगलाना चालू किया था, परंतु जब उन्हें न्यायाधीश का सामना करना पड़ा तब आखिर सच सामने आ ही गया। शृंखला की इस कड़ी में पेश है न्यायाधीश श्री डी.के. त्रिवेदी जाँच आयोग में पूछताछ के दौरान दिया गया सतीष पटेल का बयान । उसने हकीकत स्वीकार करते हुए कहा : ''मैं पूज्य आसारामजी बापू के सत्संग-प्रवचनों में जाता था और उनके सत्संग की कैसेटें भी सुनता था । उनके प्रवचन सुनने तथा साहित्य पढ़ने से मेरे मन में सेवा करने की भावना जगी । अहमदाबाद आश्रम में आयोजित ध्यान योग शिविर के दौरान मैंने पूज्य आसारामजी बापू से कहा कि 'मुझे भी आश्रम में सेवा के लिए जुड़ना है ।' जिस पर उन्होंने मेरी यह प्रार्थना स्वीकार कर ली। तब से मैं अहमदाबाद आश्रम में सेवा के लिए रुक गया । आश्रम में रहनेवाले साधक सत्साहित्य का प्रचार, खेती, गौसेवा, सत्संग-आयोजन, गरीबों में भंडारे आदि सेवाएँ करते। आश्रम-निवास के दौरान मुझे पूज्य बापूजी के दर्शन का लाभ भी मिलता ।

पूज्य आसारामजी के सत्संग तथा आश्रम में चलनेवाली धार्मिक प्रवृत्ति से मैं आकर्षित हुआ। भारत भर के पूज्य बापूजी के आश्रमों में मैंने धार्मिक प्रवृत्ति होते हुए देखी है। आश्रम में मौन-मंदिर हैं। सूरत (गुज.) के आश्रम में ध्यान-केन्द्र है । वहाँ मैं ध्यान में बैठने जाता और मेरे जैसे दूसरे साधक भी ध्यान के लिए आते थे ।

मुझे याद आ रहा है कि सन् २००६ की दीपावली के समय जब मैं पेढमाला (गुज.) के आश्रम में था, तब पूज्य बापूजी तथा उनके पुत्र श्री नारायण साँईं ने गरीबों के लिए भंडारा किया था । उस भंडारे में गरीबों में अनेक वस्तुओं का वितरण भी किया गया था । पूज्य आसारामजी बापू तथा आश्रम के द्वारा गरीब लोगों में कपड़े, अनाज, बर्तन तथा साहित्य आदि का वितरण किया जाता है । पूज्य बापूजी द्वारा आदिवासी क्षेत्रों में मकानरहित व्यक्तियों को मकान भी बनाकर दिये जाते हैं। पूज्य बापूजी तथा आश्रम द्वारा लोक-कल्याण के कार्य किये जाते हैं, यह मैं जानता हूँ । आश्रम में सत्संग-प्रवचन होते हैं तथा धार्मिक सत्साहित्य और कैसेटें भी मिलती हैं, जिसमें कोई-कोई साहित्य बिना मूल्य भी दिया जाता है ।

मैंने अहमदाबाद आश्रम में कमरे के नीचे कोई भोयरा (तहखाना) देखा नहीं है। मैं किसी भी व्यक्ति की मानसिक स्थिति के विषय में कुछ जानता नहीं हूँ । तांत्रिक विद्या के बारे में कुछ जानता नहीं हूँ। मैंने अपने व्यक्तिगत कारणों से आश्रम छोड़ा है ।''

षड्यंत्रकारी राजू चांडक तथा अमृत प्रजापति जैसे लोगों ने अपने बयानों से लोगों को भ्रमित किया था, वहीं उनके साथी सतीष पटेल को अपने बयान में आश्रम की यह सच्चाई उगलनी ही पड़ी । ❐

संतों के आज्ञापालन में मानव-जाति का परम हित सम्भव

– संत पथिकजी महाराज

संत का दर्शन-मनन सत्य का दर्शन-मनन है। संत की उपासना सत्य की उपासना है। संत की स्तुति सत्य की स्तुति है। **जिस मानवी मूर्ति में उच्चतम ज्ञान के साथ उत्कृष्ट प्रेम एवं निर्लिप्तता, निर्द्वन्द्वता, निर्भयता और स्थिर शांति का दर्शन मिलता है, उसीको बुद्धिमान, विवेकी पुरुष 'संत' कहते हैं।**

जिस शरीर में, वाणी में, मन में पुण्य, पवित्रता प्रकाशित रहती है, जो नित्य प्रसन्न और आत्मतृप्त रहते हैं, वे ही महापुरुष 'संत' कहे जाते हैं। जिनके अंतःकरण में किसी प्रकार की भोग-लालसा उत्पन्न नहीं होती; क्षमा, दया, उदारता, विराग, विवेक, शम, दम, तितिक्षा, सरलता, परोपकारिता, निरभिमानिता यही जिनकी सम्पत्ति है, वे संसार में सर्वश्रेष्ठ संत हैं।

संत के प्रति जो सर्वोच्च आदर है, पूज्यभाव व श्रद्धा है वह उनमें प्रतिष्ठित ज्ञान, पवित्रता, क्षमा, उदारता, त्याग, अहिंसा, सत्यता, स्वाधीनता आदि के प्रति है, जो शाश्वत आत्मा के गुण हैं। सावधान मानव जब संत के आगे नतमस्तक होकर प्रणाम करता है तो वह इन्हीं दिव्य गुणों के प्रति करता है।

अपने कल्याण के लिए संत की आज्ञा का पालन करना ही संतसेवा है और संतसेवा ही विश्वरूप भगवान की सेवा है।

संत सभी अवस्थाओं, सभी परिस्थितियों एवं जाति-पाँति अथवा ऊँच-नीच के भेद से ऊपर उठकर प्राणिमात्र से प्रेम करते हैं। संत के द्वारा ही संसार को सत्य का अथवा महत्तम गुण भगवद्-ऐश्वर्य का ज्ञान हुआ करता है। इन्हींके द्वारा संसार में परमेश्वर की परम कृपा उतरती है। इन्हीं संत, महात्मा एवं सत्पुरुषों के द्वारा मानव-जगत को सत्प्रेरणाएँ व प्रकाश मिलता चला आ रहा है और आगे भी इसी तरह मिलता रहेगा।

प्रायः प्रत्येक मनुष्य के सामने कोई-न-कोई आदर्श होता है और आदर्श में जैसे भी गुण-कर्म-स्वभाव होते हैं, उन्हींका मनुष्य पर प्रभाव पड़ता है क्योंकि मनुष्य हृदय से जिस आदर्श को स्वीकार कर लेता है उसीके प्रति उसकी प्रीति होती है। उस आदर्श की आज्ञानुसार ही वह चलता है तथा उसीकी प्रेरणानुसार कर्म करता हुआ तदनुरूप ही फल का भोक्ता बनता है। जिस मनुष्य का आदर्श पवित्र है, सत्य एवं सुंदर है, वही शुद्ध कर्मों की हितप्रद प्रेरणा पा सकता है। प्रेरणा के बिना जीवन पंगु-सा होता है और ज्ञान के बिना प्रेरणा भी अंधी होती है। अतः बुद्धिमान मानव तभी सौभाग्यशाली समझा जायेगा, जब वह यथार्थ ज्ञानी सत्पुरुष की प्रेरणा प्राप्त कर सके।

यही कारण है कि हमारे धर्मशास्त्र सबसे प्रथम माता-पिता की आज्ञा का पालन करने की प्रेरणा देते हैं, जो हमारे सच्चे हितैषी हैं। तत्पश्चात् विद्यागुरु, कुलगुरु की आज्ञानुसार चलने की सम्मति देते हुए अंत में पारमार्थिक सद्गुरु की आराधना को परमावश्यक बतलाते हैं। सद्गुरु की आज्ञा का पालन कोई श्रद्धालु और परम बुद्धिमान ही कर सकता है और श्रद्धा की दृढ़ता तब होती है जब संत-महापुरुष की गुण-गरिमा का माप-तौल करने में असमर्थ **(शेष पृष्ठ १० पर)**

भारतीय संस्कृति वर्ष भर के त्यौहारों एवं पर्वों की अनवरत शृंखला की वैज्ञानिक व्यवस्था करती है। वसंत ऋतु में आनेवाला होली का त्यौहार कूदने-फाँदने एवं प्राकृतिक रंगों से होली खेलने का उत्सव है। इसका स्वास्थ्य पर उत्तम प्रभाव पड़ता है। इन दिनों पलाश के फूलों के रंग से होली खेलने से शरीर में गर्मी सहन करने की शक्ति बढ़ती है तथा मानसिक संतुलन बना रहता है, साथ ही मौसम-परिवर्तन से प्रकुपित होनेवाले रोगों से रक्षा होती है। परंतु वर्तमान में रासायनिक रंगों के अंधाधुंध प्रयोग से विभिन्न प्रकार की बीमारियाँ पैदा हो रही हैं, जिसकी पुष्टि चिकित्सकों ने भी की है :

'आजकल गुलाल में प्रयोग किये जानेवाले केमिकल, डिटर्जेंट और रेत सिर्फ चमड़ी के लिए ही नहीं बल्कि आँखों, साँस की नली और बालों के लिए भी खतरनाक साबित हो सकते हैं।'

– डॉ. अनिल गोयल (सीनियर डर्मेटोलॉजिस्ट)

'कृत्रिम रंगों में मिले मेलासाइट और माइका जैसे रसायन (केमिकल) साँस की नली, हृदय और गुर्दे (किडनी) जैसे महत्त्वपूर्ण अंगों को नुकसान पहुँचा सकते हैं।' **– डॉ. आर.एन. कालरा (अध्यक्ष, इंडियन हार्ट फाउंडेशन)**

रंगों में प्रयुक्त रसायनों का स्वास्थ्य पर दुष्प्रभाव

बाजारू रासायनिक रंग मुख्यतः इंजन ऑयल के साथ ऑक्सीडाइज्ड धातु या औद्योगिक वर्णकों (डाई) के साथ मिला के तैयार किये जाते हैं। जैसे -

पेस्ट	रसायन	दुष्प्रभाव
काला रंग	लेड ऑक्साइड	गुर्दे की बीमारी
हरा रंग	कॉपर सल्फेट	आँखों में जलन, सूजन, अस्थायी अंधत्व
सिल्वर रंग	एल्युमिनियम ब्रोमाइड	कैंसर
नीला रंग	प्रूशियन ब्लू	'कॉन्टैक्ट डर्मेटाइटिस' नामक भयंकर त्वचारोग
लाल रंग	मरक्युरी सल्फाइट	त्वचा का कैंसर

अतः होली खेलें परंतु रासायनिक रंगों से नहीं प्राकृतिक रंगों से, जिन्हें आप घर पर आसानी से बना सकते हैं।

प्राकृतिक रंग बनाने की सरल विधियाँ

केसरिया रंग : पलाश के फूलों से यह रंग सरलता से तैयार किया जा सकता है। पलाश के फूलों को रात को पानी में भिगो दें। सुबह इस केसरिया रंग को ऐसे ही प्रयोग में लायें या उबालकर होली का आनंद उठायें। यह रंग होली खेलने के लिए सबसे बढ़िया है। शास्त्रों में भी पलाश के फूलों से होली खेलने का वर्णन आता है। इसमें औषधीय गुण होते हैं। आयुर्वेद के अनुसार यह कफ, पित्त, कुष्ठ, दाह, मूत्रकृच्छ, वायु तथा रक्तदोष का नाश करता है। रक्तसंचार को नियमित व मांसपेशियों को स्वस्थ रखने के साथ ही यह मानसिक शक्ति तथा इच्छाशक्ति में भी वृद्धि करता है।

सूखा हरा रंग : (१) मेंहदी या हिना पाउडर तथा गेहूँ या अन्य अनाज के आटे को समान मात्रा में मिलाकर सूखा हरा रंग बनायें। (२) आँवला चूर्ण व मेंहदी को मिलाने से भूरा रंग बनता है, जो त्वचा व बालों के लिए लाभदायी है।

सूखा पीला रंग : हल्दी व बेसन मिला के अथवा अमलतास व गेंदे के फूलों को छाया में सुखाकर पीस के पीला रंग प्राप्त कर सकते हैं।

गीला पीला रंग : (१) एक चम्मच हल्दी दो लीटर पानी में उबालें या मिठाइयों में पड़नेवाले रंग जो खाने के काम में आते हैं, उनका भी उपयोग कर सकते हैं। (२) अमलतास या गेंदे के फूलों को रात को पानी में भिगोकर रखें, सुबह उबालें।

लाल रंग : लाल चंदन (रक्त चंदन) पाउडर को सूखे लाल रंग के रूप में उपयोग कर सकते हैं। यह त्वचा के लिए लाभदायक व सौंदर्यवर्द्धक है। दो चम्मच लाल चंदन एक लीटर पानी में डालकर उबालने से लाल रंग प्राप्त होता है, जिसमें आवश्यकतानुसार पानी मिलायें। ❑

आओ खेलें ज्ञान की होली !

आओ खेलें ज्ञान की होली, राग-द्वेष भुलायें ।
समता-स्नेह बढ़ा के दिल में, प्रेम का रंग लगायें ।
नहीं उछालें कीचड़-मिट्टी, ना अपशब्द बुलायें ।
रंग पलाश से होली खेलें, ना गंदे रंग लगायें ।
रासायनिक रंगों का त्याग करें, प्राकृतिक रंग लगायें ।
बड़े बुजुर्गों को तिलक लगायें, भक्ति आशीष पायें ।
नहीं पियें हम भाँग और मदिरा, पंचामृत बनायें ।
जिससे रहे मन में प्रसन्नता, ऐसा प्रसाद खायें ।
ठाकुरजी को भोग लगा के, अतिथि को भी खिलायें ।
आयी बसंत में प्यारी होली, आनंद-आनंद छाये ।
गुरुद्वार की न्यारी होली, परमानंद लुटाये ।
जैसे कहते सद्गुरु प्यारे, वैसी होली मनायें ।
सबका मंगल सबका भला हो, प्रेम प्रभु से बढ़ायें ।
जैसे बदलें ऋतुएँ सारी, सहज बदल हम जायें ।
गुरुज्ञान में गोते लगाकर, निज को सहज बनायें ।
गुरुआज्ञा में शीश झुकाकर, गुरुसेवा अपनायें ।
गुरु रंग में जीवन रँगा के, आत्मज्ञान को पायें ।

- साधक गुरुशरण, अहमदाबाद ।

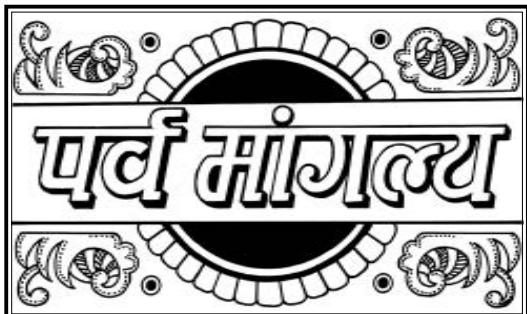
(पृष्ठ ८ से 'संतों के आज्ञापालन में मानव-जाति का परम हित सम्भव' का शेष) होकर मानवीय बुद्धि मौन धारण कर लेती है । श्रद्धा के विकास के लिए महान संत-महापुरुषों के आदर्श चरित्रों का श्रवण-मनन परमावश्यक एवं सहायक है ।

बुद्धिमान मानव-समाज को उचित है कि जो संत-महापुरुष सद्गति, सत्प्रेरणा एवं प्रकाश के दाता हैं, उन्हें पहचाने और उनका अनुगमन करे, क्योंकि वीतराग परम ज्ञानी महात्माओं के द्वारा ही मानव-जाति का परम हित सम्भव है । संत-महापुरुषों का जीवन-चरित्र प्रायः अद्भुत एवं अलौकिक घटनाओं से पूर्ण होता है । उनके अद्भुत चरित्र-दर्शन, पठन एवं मनन से सत्प्रेरणा और ज्ञान की प्राप्ति होती है । संतों की आज्ञा पालने से मानव को सद्गति, परम गति तथा परम शांति का योग सिद्ध होता है । ❐

'मुस्लिम राष्ट्रीय मंच' के मुख्य पदाधिकारी हिन्दू-मुस्लिम एकता तथा शांति का संदेश देते हुए 'पैगाम-ए-अमन' यात्रा लेकर पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में आशीर्वाद लेने पहुँचे । उन्होंने अपने वक्तव्यों में कहा -

इमरान चौधरी, छात्र संयोजक, अखिल भारतीय मुस्लिम राष्ट्रीय मंच : ''हम बापूजी का सत्संग सुनते रहते हैं और बापूजी की दी हुई तालिमात को अपनी तथा अपने साथियों की जिंदगी तक पहुँचाते रहते हैं । बापूजी ने हमेशा हिन्दू-मुस्लिम एकता के लिए काम किया है ।''

मुहम्मद अफजाल, अखिल भारतीय संयोजक, मुस्लिम राष्ट्रीय मंच : ''बापूजी महाराज को प्रणाम ! सब सत्संगियों को प्रणाम ! आदरणीय महाराजजी ! हमारे संगठन का यह मानना है कि हम सब भारतवासी अलग-अलग धर्म, मजहब, पंथों को माननेवाले होंगे लेकिन हम सब इस हिन्दू राष्ट्र हिन्दुस्तान के रहनेवाले हैं ।''

सूफी मुहम्मद वहीद चिश्ती, अध्यक्ष, ऑल इंडिया सूफी संत सेवा समिति : ''बापूजी को मैं हमेशा टेलीविजन पर, अखबारों में देखा करता था । बड़ी खुशनसीबी की बात है, परवरदिगारे आलम का करम है कि आज मैं रू-बरू दर्शन कर रहा हूँ । मैं चाहता हूँ कि हमारी सबकी उम्र बापूजी को लग जाय । आज मेरी जिंदगी का सबसे अच्छा दिन है जो बापूजी के दरबार में आने का मौका मिला । आदाब अर्ज है... जय हिन्द ! जय भारत !!'' ❐

'होली' अर्थात् हो... ली

(पूज्य बापूजी की पावन अमृतवाणी)

(होली : १९ मार्च २०११)

'होली' अर्थात् हो... ली...। जो हो गया उसे भूल जाओ। निंदा हो ली सो हो ली... प्रशंसा हो ली सो हो ली... तुम तो रहो मस्ती और आनंद में।

होली एक ऐसा अनूठा त्यौहार है जिसमें गरीब की संकीर्णता और अमीर का अहं दोनों किनारे रह जाते हैं। दबा हुआ मन एवं अहंकारी मन, दूषित मन और शुद्ध मन - इस दिन ये सारे मन 'अमन' होकर प्रभु के रंग में रँगने के लिए मैदान में आ जाते हैं।

इस होली ने न जाने कितने टूटे हुए दिलों को जोड़ा है और न जाने कितने सूखे दिल रँगे हैं, भिगोये हैं। मनोवैज्ञानिक कहते हैं कि मनुष्य को कभी-कभी 'फ्री सोसायटी' मिलनी चाहिए... एकदम बंधनमुक्त। जो 'फ्री सोसायटी' की आवश्यकता बताते हैं, उन्हें हम धन्यवाद देते हैं लेकिन हमारी भारतीय संस्कृति में 'फ्री सोसायटी' की आवश्यकता नहीं बतायी गयी अपितु इस आवश्यकता को पूरा करने के लिए होली का उत्सव ही व्यवस्थित चल रहा है। होली का उत्सव मन की स्वतंत्रता प्रदान करता है।

जब वैदिक ढंग से होली मनायी जाती थी, उस जमाने में मानसिक तनाव, खिंचाव आदि नहीं होते थे किंतु आज जहरीले रंगों के प्रयोग, शराब आदि पीने-पिलाने एवं कीचड़ आदि उछालने से होली का रूप बड़ा विकृत हो गया है। जिसका मन खुला होता है उस पर आसुरी वृत्ति, राक्षसी वृत्ति का प्रभाव नहीं पड़ता है किंतु जो दबा-सिकुड़ा रहता है, भयभीत रहता है उसी पर दूसरे का दबाव आता है और उसीका शोषण होता है। अतः न किसीसे भयभीत हो, न किसीको भयभीत करो। यह मुक्ति देने का और मुक्त होने का दिन है। आप भी मुक्त होकर आनंदित-उल्लसित होइये और दूसरों को भी आनंदित-उल्लसित कीजिये।

वसन्त इन्नु रन्त्यो ग्रीष्म इन्नु रन्त्यः।
वर्षाण्यनु शरदो हेमन्तः शिशिर इन्नु रन्त्यः ॥

'वसंत ऋतु निश्चय ही आनंदप्रद है। ग्रीष्म, वर्षा, शरद, हेमंत एवं शिशिर भी आनंददायी हैं।'

(सामवेद : ६१६)

मनुष्य परिस्थितियों का दास नहीं वरन् स्वामी है। परिस्थितियाँ मनुष्य का निर्माण नहीं करतीं अपितु मनुष्य परिस्थितियों का निर्माण करता है, इसलिए शुभ संकल्प करके आगे बढ़ना चाहिए। वेद सदैव हममें पौरुष भरते हैं और वैदिक रीति-रिवाज हमेशा हममें पौरुष का फल जगाने के लिए उत्सव के रूप में ऐसी व्यवस्था कर देते हैं ताकि हम 'छोटा-बड़ा, सुख-दुःख, मिलना-बिछुड़ना आदि सब कल्पित हैं, केवल एक आनंदस्वरूप आत्मा ही सत्य है।' इस सत्य को जान सकें, इस सत्य के आनंद को, सत्य के रस को, सत्य के माधुर्य को पा सकें एवं मिथ्या आडम्बर, मेरे-तेरे, छोटे-बड़े के भेद को मिटाकर एक साथ आनंदित होने का अवसर पा सकें। होली निश्चय ही हमारे जीवन को अनेक पीड़ाओं से बचाकर मुस्कराहट की ओर ले आती है।

होली का उत्सव हमें यही पावन संदेश देता है कि हम भी अपने जीवन में आनेवाली विघ्न-बाधाओं के सिर पर नाचते हुए आगे बढ़ें। 'ॐ उद्यम... ॐ साहस... ॐ धैर्य... ॐ बुद्धि... ॐ शक्ति... ॐ पराक्रम....' **(शेष पृष्ठ १५ पर)**

जीवन में हो सर्जन माधुर्य का

- पूज्य बापूजी

(नूतन वर्ष : ४ अप्रैल पर विशेष)

ॐ मधुमन्मे निक्रमणं मधुमन्मे परायणम् ।
वाचा वदामि मधुमद् भूयासं मधुसंदृशः ॥

'हे मधुमय प्रभो ! आपकी प्रेरणा से सामने उपस्थित योगक्षेम संबंधी कर्तव्यों में मेरी प्रवृत्ति मधुमय हो अर्थात् उससे अपने को और दूसरों को सुख, शांति, आनंद और मधुरता मिले । मेरे दूरगामी कर्तव्य भी मधुमय हों। मैं वाणी से मधुमय ही बोलूँ । सभी लोग मुझे मधुमयी दृष्टि से प्रेमपूर्वक देखें ।' **(अथर्ववेद :१.३४.३)**

हे मधुमय प्रभु ! हे मेरे प्यारे ! मेरे चित्त में तुम्हारे मधुर स्वभाव, मधुर ज्ञान का प्राकट्य हो । मधुमय, दूरगामी मेरे निर्णय हों । क्योंकि आप मधुमय हो, सुखमय हो, आनंदमय हो, ज्ञानमय हो, सबके परम सुहृद हो और मैं आपका बालक हूँ। मैंने अपनी युक्ति, चालाकी से सुखी रहने का ज्यों-ज्यों यत्न किया, त्यों-त्यों विकारों ने, कपट ने, चालाकियों ने मुझे कई जन्मों तक भटकाया । अब **सत्यं शरणं गच्छामि ।** मैं सत्यस्वरूप ईश्वर की शरण जा रहा हूँ । **मधु शरणं गच्छामि ।** मधुमय ईश्वर ! मैं तुम्हारी शरण आ रहा हूँ। हम युक्ति-चालाकी से सुखी रहें, यह भ्रम हमारा टूटा है । आनंद और माधुर्य, परम सुख और परम सम्पदा युक्ति से, चालाकी से नहीं मिलती, अपितु तुम्हारा बनने से ये चीजें सहज में मिलती हैं । जैसे पुत्र पिता का होकर रहता है तो पिता का उत्तराधिकार पुत्र के हिस्से आता है, ऐसे ही जीव ईश्वर का होकर कुछ करता है तो ईश्वर का ज्ञान, ईश्वर की मधुमयता, ईश्वर का सद्भाव, सत्प्रेरणा और साथ उसे मिलता रहता है। सामान्य व्यक्ति और महापुरुषों में यही फर्क है । सामान्य व्यक्ति अपनी पढ़ाई-लिखाई से, चतुराई-चालाकी से दुःख मिटाकर सुखी रहने का व्यर्थ प्रयास करता है । फिर व्यसनों में और कपटपूर्ण कामों में, न जाने किस-किसमें बेचारा फँस जाता है ! लेकिन महापुरुष जानते हैं कि

पुरुषस्य अर्थ इति पुरुषार्थः ।

परमात्मा ही पुरुष है। उस परमात्मा (पुरुष) के अर्थ जो प्रयत्न करते हैं, वे वास्तविक पुरुषार्थ करते हैं । जिनका वास्तविक पुरुषार्थ है, उन्हें वह वास्तविक ज्ञान मिलता है, वास्तविक सुख मिलता है, जिस सुख से बड़ा कोई सुख नहीं, जिस ज्ञान से बड़ा कोई ज्ञान नहीं, जिस लाभ से बड़ा कोई लाभ नहीं। 'गीता' में भगवान ने कहा :

यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः ।
(६.२२)

जिस लाभ से बड़ा कोई लाभ उसके मानने में नहीं आता, जिसके आगे इन्द्रपद का लाभ भी बहुत बौना हो जाता है, छोटा हो जाता है उस लाभ को पाने के लिए मनुष्य-जीवन की यह मति-गति है ।

अंदर की चतुराई, चालाकी से आनंद को, प्रभु को पाया नहीं जा सकता । इनसे जो मिलेगा वह समय पाकर चला जायेगा । क्रिया से जो मिलेगा, प्रयत्न से जो मिलेगा, चालाकी से जो मिलेगा, वह माया के अंतर्गत होगा और परमात्मा के साथ-सहयोग से जो मिलेगा वह माया के पार का होगा - यह कभी न भूलें । कोई भी लोग कितनी भी चालाकी करें सब दुःखों से पार नहीं

हुए हैं, नहीं हो सकते हैं। लेकिन शबरी की नाईं, संत तुकाराम, संत रविदास की नाईं, नानकजी, कबीरजी और तैलंग स्वामी की नाईं अपना प्रयत्न करें और उसमें ईश्वर का सत्ता-सामर्थ्य मिला दें तो सरलता से सब दुःखों से पार हो सकते हैं।

आलसी न हो जायें, भगवान के भरोसे पुरुषार्थ न छोड़ दें। पुरुषार्थ तो करें लेकिन पुरुषार्थ करने की सत्ता जहाँ से आती है और पुरुषार्थ उचित है कि अनुचित है उसकी शुद्ध प्रेरणा भी जहाँ से मिलती है, उस परमात्मा की शरण जायें। भगवान श्रीकृष्ण ने अपने प्रिय अर्जुन को कहा :

तमेव शरणं गच्छ सर्वभावेन भारत ।
तत्प्रसादात्परां शांति स्थानं प्राप्स्यसि शाश्वतम् ॥

'हे भारत ! तू सब प्रकार से उस परमेश्वर की ही शरण में जा। उस परमात्मा की कृपा से ही तू परम शांति को तथा शाश्वत परम धाम को प्राप्त होगा।' **(भगवद्गीता : १८.६२)**

अपनी चालाकी, युक्ति, मेहनत से नश्वर स्थान मिलेंगे। आप शाश्वत हैं और आपको जो मिला वह नश्वर है तो आपकी मेहनत-मजदूरी बन-बन के खेल बिगड़ने में ही लगती रहती है। आप नित्य हैं, शरीर अनित्य है और शरीर-संबंधी सुविधाएँ भी अनित्य हैं। नित्य को अनित्य कितना भी दो -

बिनु रघुवीर पद जिय की जरनि न जाई ।

जीवात्मा की जलन, तपन भगवत्प्रसाद के बिना नहीं जायेगी । वास्तव में 'भगवत्प्रसाद' मतलब भगवान का अनुभव जीवात्मा का अनुभव होना चाहिए। पिता की समझ, पिता का सामर्थ्य बेटे में आना चाहिए, यह प्रसाद है। लोगों ने क्या किया कि प्रसाद बनाया, व्यंजन बनाये, यह किया, वह किया... चलो, इसके लिए हम इन्कार नहीं करते लेकिन इन बाह्य प्रसादों में रुको नहीं । भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं : **प्रसादे सर्वदुःखानां हानिरस्योपजायते ।**

प्रसाद वह है जिससे सारे दुःख मिट जायें। मनमुख थोड़ी देर जीभ का रसास्वाद लेते हैं, उनकी अपेक्षा भक्त भगवान को भोग लगाकर लेते हैं। यह अच्छा है, ठीक है लेकिन यह प्रसाद, तुम्हारी जिह्वा का प्रसाद परम प्रसाद नहीं है। भगवान और संत चाहते हैं कि तुम्हें वास्तविक प्रसाद मिल जाय।

कई जिह्वाएँ तुमको मिलीं और चली गयीं, जल गयीं, तुम ज्यों-के-त्यों ! तुम शाश्वत हो, परमात्मा शाश्वत हैं।

ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः।

'इस देह में यह सनातन जीवात्मा मेरा ही अंश है।' **(गीता : १५.७)**

भगवान जो कह रहे हैं, वह तुम मान लो।

अहमात्मा गुडाकेश सर्वभूताशयस्थितः ।

'हे अर्जुन ! मैं सब भूतों के हृदय में स्थित सबका आत्मा हूँ।' **(गीता : १०.२०)**

सब भूत-प्राणियों में मैं आत्मा चैतन्य ब्रह्म हूँ। जो सब भूत-प्राणियों में है... मच्छर में भी अक्ल कैसी कि बड़े-बड़े डी.जी.पी. को, ब्रिगेडियरों को, प्रधानमंत्री, राष्ट्रपति को, तुमको-हमको चकमा दे देता है ! यह कला उसमें कहाँ से आती है ? मकड़ा जाला कैसे बुनता है ? उसमें कहाँ से अक्ल आती है ? वह अक्ल जड़ से नहीं आती, चेतन से आती है।

तो मानना पड़ेगा कि उनमें चेतना भी है और ज्ञान भी है । भगवान चैतन्यस्वरूप हैं, ज्ञानस्वरूप हैं, प्राणिमात्र के सुहृद हैं, उनकी बात मान लो बस ! नूतन वर्ष का यह संदेश है । भगवान कहते हैं :

अहमात्मा गुडाकेश सर्वभूताशयस्थितः ।

मैं ही आत्मा ब्रह्म हूँ। सब भूत-प्राणियों में हूँ। जल में रस-स्वाद मेरा है । पृथ्वी में गंध गुण मेरा है। चन्द्रमा और सूर्य में जीवन देने की शक्ति मेरी है।

रसोऽहमप्सु कौन्तेय प्रभास्मि शशिसूर्ययोः ।
प्रणवः सर्ववेदेषु शब्दः खे पौरुषं नृषु ॥

'हे अर्जुन ! मैं जल में रस हूँ, चन्द्रमा और सूर्य में प्रकाश हूँ, सम्पूर्ण वेदों में ओंकार हूँ, आकाश में शब्द और पुरुषों में पुरुषत्व हूँ।'

(गीता : ७.८)

आप भगवान की यह बात मान लो न ! भगवान की बात मान लेने से क्या होगा ? भगवत्प्राप्ति हो जायेगी । मन की बात मान लेने से क्या होगा कि मन भटका-भटका के न जाने कितनी बार चौरासी लाख योनियों के चक्कर में ले जायेगा । जन्मों-जन्मों से हम-आप अपने को सताते-सताते आये हैं । यह नूतन वर्ष आपको नूतन संदेश देता है कि अब अपने को सताने से बचाना हो, दुःखों से बचाना हो, जन्म-मरण से बचाना हो, नश्वर आकर्षणों से बचाना हो तो आप शाश्वत रस ले लीजिये । शाश्वत रस, सामर्थ्य की ओर देखिये ।

'भगवान सर्वत्र हैं ।' यह कहते हैं तो आपके हृदय में हैं न ! स्वीकार कर लो ।

काहे रे बन खोजन जाई !

अपने हृदयेश्वर की उपासना में लगो । हृदय मधुमय रहेगा । कम-से-कम व्यक्तिगत खर्च, कम-से-कम व्यक्तिगत श्रृंगार, अधिक-से-अधिक सद्‌गुणों का श्रृंगार; बाहरी सुख के गुलाम बनिये नहीं और दूसरों को बनाइये मत । कम-से-कम आवश्यकताओं से गुजारा कर लीजिये और अधिक-से-अधिक अंतर-रस पीजिये । जिनको हृदयेश्वर की उपासना से वह (परमात्मा) मिला है, ऐसे महापुरुषों के वचनों को स्वीकार करके आप तुरंत शोकरहित हो जाओ, द्वंद्वरहित हो जाओ, भयरहित हो जाओ, वैर व राग-द्वेष रहित हो जाओ । नित्य सुख में आप तुरंत जग जाओगे, आप महान हो जाओगे । उस हृदयेश्वर के मिलने में देर नहीं, वह दुर्लभ नहीं, परे नहीं, पराया नहीं... ❐

प्रवेश-परीक्षा

(पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचन से)

पुराणों में एक कथा आती है । वेदसागर नामक ऋषि कावेरी नदी के तट पर अपना आश्रम बनाकर रहते और ईश्वर-चिंतन करते थे । वे किसी भी विद्यार्थी को अपने शिष्य के रूप में अपनाने से पूर्व उसकी परीक्षा लेते थे । अधिकारी शिष्यों को आश्रम में रखते और शास्त्र पढ़ाते थे ।

एक दिन उनके पास दो विद्यार्थी आश्रम में रहने के लिए आये । एक का नाम था राम शर्मा, दूसरे का नाम था कृष्ण शर्मा ।

वेदसागर ने कहा : ''अभी तुम्हें थोड़े दिन के लिए आश्रम में रहने की अनुमति देता हूँ, बाद में जब तुम्हारी परीक्षा हो जायेगी तब तुमको स्थायी रूप से रहने की सम्मति मिलेगी ।''

कुछ समय बाद एकादशी का दिन आया । वेदसागर ऋषि ने कहा : ''आश्रम में सब एकादशी का उपवास करते हैं । आज तुम्हें भी उपवास रखना चाहिए और वह दूर पहाड़ी पर जो मंदिर है, वहाँ जाओ और भगवान के दर्शन करके आओ ।'' पहाड़ी तो सामने दिख रही थी लेकिन कई मील चले तब मंदिर में पहुँचे । एकांत में मंदिर था । पुजारी ने कहा : ''शाबाश है, तुम लोग इतनी दूर पैदल चल के आये हो, थक गये होगे । लो यह प्रसाद खा लो ।''

दोनों ने कहा : ''पुजारीजी ! आज एकादशी है । गुरु महाराज प्रसाद नहीं लेंगे, गुरुभाई प्रसाद नहीं लेंगे तो हम कैसे खा सकते हैं !''

पुजारी : ''ऐसे कठिन समय में गुरुआज्ञा-पालन करने की कोई आवश्यकता नहीं है और गुरु महाराज इधर थोड़े ही हैं ! दूसरे गुरुभाई इधर थोड़े ही हैं ! खा लो, जवान हो तुम ।''

कृष्ण शर्मा के मुँह में पानी आ गया । उसने कहा : ''गुरुजी भी नहीं हैं, गुरुभाई भी नहीं हैं, खा लें तो क्या बात है !''

राम शर्मा : ''हम आध्यात्मिक पथिक हैं । कोई हो चाहे नहीं हो, हमारा अंतरात्मा गुरु के साथ जुड़ा है। हमारा अंतरात्मा और गुरु का आत्मा एकरूप है । 'गुरुजी नहीं देखते हैं'- ऐसा क्यों कहते हो ! जब गुरु के पास गये तो अब 'गुरुजी नहीं देखते हैं'- ऐसा सोचना ही नालायकी है ।''

कृष्ण शर्मा : ''थोड़ा खा लेंगे तो... ?''

राम शर्मा : ''अरे, थोड़ा-थोड़ा करके तो कई जन्मों से खाते आ रहे हैं ।''

राम शर्मा गुरुआज्ञा में दृढ़ रहा पर कृष्ण शर्मा ने प्रसाद खा लिया ।

एक दिन जब वेदसागर उन दोनों को कोई पाठ पढ़ा रहे थे, तब अचानक जंगल में आग लग गयी । तीनों घिर गये । सोचा, 'अब क्या करें ? नदी के उस पार आग नहीं है, इधर ही आग है ।'

अब उनके पास केवल एक ही उपाय था कि नाव में बैठकर नदी पार कर लें, किंतु उनके पास जो नाव थी उसमें एक बार में सिर्फ दो लोग ही जा सकते थे । वेदसागर ने तुरंत कहा : ''तुम दोनों नाव में बैठकर निकल जाओ। तुम्हारा ध्यान रखना मेरा कर्तव्य है । मैं बूढ़ा हूँ, अगर मेरी मौत हो गयी तो भी कोई फर्क नहीं पड़ता परंतु तुम दोनों तो अभी बच्चे हो ।''

कृष्ण शर्मा जाकर तुरंत नाव में बैठ गया परंतु राम शर्मा नहीं गया। वह बोला : ''हे गुरुदेव ! आपकी आज्ञा का उल्लंघन करने के लिए क्षमा करें । जैसा कि आपने बताया है, 'एक शिष्य का प्रथम धर्म है गुरु की सेवा व रक्षण ।' वैसे भी मेरे जैसा अज्ञानी यदि मर भी जाय तो समाज को कोई हानि नहीं होगी । आपके जैसे उत्तम गुरु समाज के लिए बहुत महत्त्वपूर्ण हैं। इसलिए कृपया नाव में आप जायें।'' ऐसा कहकर उसने वेदसागर को जबरदस्ती नाव में बिठा दिया ।

इतने में सारी आग गायब हो गयी ।

वेदसागर बोले : ''जिसके अंदर स्वार्थ छुपा है, वह गुरु के आश्रम में रहने पर भी कोरे-का-कोरा रह जाता है । जो दूसरे के दुःख को अपने दुःख से ज्यादा मानकर दूसरे का दुःख हरने का प्रयत्न करता है, उसका आत्मवैभव जगता है । यह सब मैंने तुम दोनों की परीक्षा करने हेतु अपनी तपःशक्ति से तैयार किया था। पुजारी के रूप में भी मैं ही था । कृष्ण शर्मा ! तुम परीक्षा में असफल हो गये । अब जाओ, घर में खाओ-कमाओ, कमाओ-खाओ, जन्मो और मरो ! राम शर्मा ! तुम मेरी दोनों परीक्षाओं में उत्तीर्ण हुए, इसलिए मैं तुम्हें अपने शिष्य के रूप में स्वीकार करता हूँ। तुम आ जाओ, प्रभुरस पियो और पिलाओ ।''

राम शर्मा को प्रवेश मिला क्योंकि उसमें परदुःखकातरता थी और कृष्ण शर्मा को धक्का मिला । जिसके अंदर स्वार्थ है वह स्वार्थी गुरुद्वार पर जाकर भी युक्ति से अपना स्वार्थ सिद्ध करता है, मगर फिर वह ज्यादा समय वहाँ टिकता नहीं है या तो भाग जाता है या तो निकाला जाता है । जिसके जीवन में सचमुच भगवान की प्यास है, वह खुद तो तरता है औरों को भी तारता है । ❑

(पृष्ठ ११ से 'होली अर्थात् हो... ली...' का शेष)

गुनगुनाते हुए, पद-पद पर परमात्मा के सहयोग का फायदा उठाते हुए पार हो जायें सब परेशानियों से ! कैसी भी विकट परिस्थिति हो अपने श्रद्धा-पौरुष को अडिग बनाये रखें । जहरीले रंगों की जगह परम शुद्ध, परम पावन परमात्मा के नाम-संकीर्तन के रंग में रँगें-रँगायें एवं छोटे-बड़े, मेरे-तेरे के भेदभाव को भूलकर सभीमें उसी एक सत्यस्वरूप परमात्मा को निहारकर अपना जीवन धन्य बनाने के मार्ग पर अग्रसर हों । ❑

थोड़ा रुको, बुद्धि से विचारो !

– भगवत्पाद स्वामी श्री लीलाशाहजी महाराज

ब्रह्मचारी इन्सान शेर जैसे हिंसक जानवर को भी कान से पकड़ लेते हैं। वीर्य की शक्ति द्वारा ही परशुरामजी ने कई बार क्षत्रियों का नाश किया था, ब्रह्मचर्य के बल पर ही हनुमानजी ने लंका पार करके माता सीता की जानकारी प्राप्त की थी। इस ब्रह्मचर्य के बल द्वारा ही भीष्म पितामह कई महीनों तक तीरों की सेज पर सो सके थे। इसी शक्ति द्वारा लक्ष्मणजी ने मेघनाद पर विजय प्राप्त की थी।

दुनिया में जो भी सुधारक, ऋषि-मुनि, महात्मा, योगी हुए हैं उन सभीने ब्रह्मचर्य की शक्ति द्वारा ही लोगों के दिल जीते हैं। अतः वीर्यरक्षा ही जीवन और उसका नाश ही मृत्यु है।

आजकल युवा पीढ़ी की हालत देखकर हमें अफसोस होता है। संयोग से कोई ऐसा नौजवान होगा जो वीर्यरक्षा का ध्यान रखते हुए सिर्फ संतानोत्पत्ति हेतु स्त्री से मिलन करता होगा। आजकल के नौजवान तो जोश में आकर स्वास्थ्य व शरीर की परवाह किये बिना विषय भोगने में अपनी बहादुरी समझते हैं। ऐसे नौजवानों को मैं नामर्द कहूँगा।

जो नौजवान अपनी वासना के वश में हो जाते हैं, वे दुनिया में जीने के योग्य नहीं हैं। वे सिर्फ थोड़े दिनों के मेहमान हैं। उनके खाने की ओर दृष्टि दौड़ायेंगे तो केक, बिस्कुट, अंडे, आइसक्रीम आदि उनकी प्रिय वस्तुएँ हैं, जो वीर्य को कमजोर तथा रक्त को दूषित बनाती हैं।

आज से २०-२५ वर्ष पहले छोटे-बड़े, नौजवान व बूढ़े, स्त्री-पुरुष सभी दूध, मक्खन व घी खाना पसंद करते थे पर आजकल के नौजवान स्त्री-पुरुष दूध पीना पसंद नहीं करते। यह देखकर विचार होता है कि ऐसे लोग कैसे अच्छी संतान पैदा करके समाज को दे सकेंगे ! स्वस्थ माता-पिता से स्वस्थ संतान पैदा होती है।

अब थोड़ा रुको तथा बुद्धि से विचार करो कि 'कैसे अपने स्वास्थ्य व शरीर की रक्षा हो सकेगी ?' जिस इन्सान ने संसार में आकर ऐशो-आराम का जीवन व्यतीत किया है, उसका इस संसार में आना ही व्यर्थ है।

मेरा नम्र निवेदन है कि प्रत्येक मनुष्य का कर्तव्य है कि इस दुनिया में आकर अपने बचपन के बाद अपने स्वास्थ्य को ठीक रखने की कोशिश करे तथा शरीर को शुद्ध व मजबूत बनाने के लिए दूध, घी, मक्खन, मलाई, सादगीवाला भोजन प्राप्त करने का प्रयत्न करे, साथ ही प्रभु से प्रार्थना करे कि 'हे प्रभु ! सादा भोजन खाकर शुद्ध बुद्धि व सही राह पर चलूँ।'

आध्यात्मिक व भविष्य की उन्नति की बुनियाद ब्रह्मचर्य ही है। वीर्य सेनापति की भाँति कार्य करता है तथा दूसरी धातुएँ सिपाहियों की भाँति अपना कर्तव्य पूरा करती हैं। देखो, जब सेनापति मारा जाता है तब दूसरे सिपाहियों की हालत खराब हो जाती है। इसी प्रकार वीर्य के नष्ट होने से शरीर तेजहीन हो जाता है। शास्त्रों ने शरीर में परमात्मा का निवास माना है। अतः उसे पवित्र रखना प्रत्येक स्त्री व पुरुष का कर्तव्य है। ब्रह्मचर्य का पालन वही कर सकेगा, जिसने मन व इन्द्रियों को नियंत्रण में किया हो, फिर चाहे

वह गृहस्थी हो अथवा त्यागी।

मैं जब अपनी बहनों को देखता हूँ, तब मेरा दिल दर्द से फट जाता है कि 'कहाँ हैं वे पहलेवाली माताएँ ?'

दमयंती, सीता, गार्गी, लीलावती, विद्याधरी।
विद्योत्तमा, मदालसा थीं शास्त्र शिक्षा से भरी॥
ऐसी विदुषी स्त्रियाँ भारत की भूषण हो गयीं।
धर्म व्रत छोड़ा नहीं चाहे जान अपनी खो गयी॥

कहाँ हैं ऐसी माताएँ जिन्होंने श्री रामचन्द्रजी, लक्ष्मण, भीष्म पितामह तथा भगवान श्रीकृष्ण जैसे महान तथा प्रातःस्मरणीय पुरुषों को जन्म दिया था ?

व्यास मुनि, कपिल मुनि तथा पतंजलि जैसे ऋषि कहाँ हैं, जिन्होंने हिमालय की गुफाओं में रह, कंदमूल खाकर वेदांत, तत्त्वज्ञान पर पुस्तकें लिख के या सिद्धांत जोड़ के दुनिया को अचम्भे में डाल दिया ?

आजकल के नौजवानों की हालत देखकर अफसोस होता है। उन्होंने अपने महापुरुषों के नाम पर कलंक लगाया है। हम ऐसे आलसी व सुस्त हो गये हैं कि हमें एक या दो मील पैदल चलने में थकावट महसूस होती है। हम डरपोक तथा कायर हो गये हैं।

मुझे ऐसा लगता है कि भारत के वीरों को यह क्या हो गया है जो वे ऐसे कमजोर तथा कामचोर हो गये हैं ? वे ऐसे डरपोक कैसे हो गये हैं ? क्या हिमालय के वातावरण में ऐसी शक्ति नहीं रही है ? क्या भारत की मिट्टी में ऐसी शक्ति नहीं रही है कि वह अच्छा अनाज पैदा कर सके या अच्छे फल-फूल पैदा कर सके ? नहीं, यह सब तो पहले जैसा है।

आखिर क्या कारण है जो हममें से शक्ति तथा शूरवीरता निकल गयी है कि अर्जुन व भीम जैसी मूर्तियाँ हम पैदा नहीं कर सकते ?

मैं मानता हूँ कि शक्ति, शूरवीरता, स्वास्थ्य व बहादुरी ये सब मौजूद हैं परंतु कुदरत ने जो नियम बनाये हैं हम उन पर अमल नहीं करते, हम उनका पालन नहीं करते। हम उनसे उलटा चलते हैं एवं हर समय भोग भोगने व शरीर के बाहरी सौंदर्य में मग्न रहते हैं और अपने स्वास्थ्य का बिल्कुल भी ध्यान नहीं रखते।

अच्छे भोग भोगना यह प्रजापति का कार्य है। आप कौन-सी प्रजा पैदा करेंगे ? कवि ने कहा है :

जननी जणे तो भक्त जण, कां दाता कां शूर।
नहि तो रहेजे वांझणी, मत गुमावीश नूर॥

आजकल के युग में मिलाप को भोग-विलास का साधन बना रखा है। वे मनुष्य कहलाने के लायक नहीं हैं। क्योंकि संयमी जीवन से ही दुनिया में महान पुरुष, महात्मा, योगिराज, संत, पैगम्बर व ऋषि-मुनि अपना तेजस्वी चेहरा बना सके हैं। उन भूले-भटकों को अपनी पवित्र वाणी द्वारा तथा प्रवचनों द्वारा सत्य का मार्ग दिखाया है। उनकी मेहरबानी व आशीर्वाद द्वारा कई लोगों के हृदय कुदरती प्रकाश से रोशन हुए हैं।

मनुष्य को चाहिए कि कुदरती कानून व सिद्धांतों पर अमल करे, उनके अनुसार चले। सबमें समान दृष्टि रखते हुए जीवन व्यतीत करे। अंतःकरण में शुद्धता रखकर कार्य में चित्त लगाना चाहिए, इससे हमारा कार्य सफल होगा। मिलन के समय यदि विचार पवित्र होंगे तो आपकी संतान भी अच्छे विचारोंवाली होगी और संतान दुःख-सुख के समय आपको सहायता करेगी।

यदि आप दुनिया में सुख व शांति चाहते हो तो अपने अंतःकरण को पवित्र व शुद्ध रखकर दूसरों को ज्ञान दो। जो मनुष्य वीर्य की रक्षा करेंगे, वे ही सुख व आराम की जिंदगी जी सकेंगे और उन्हीं लोगों के नाम दुनिया में सूर्य की रोशनी की भाँति चमकेंगे। ❒

जीने-मरने की कला

(आत्मनिष्ठ बापूजी के मुखारविंद से निःसृत ज्ञानगंगा)

(गतांक से आगे)

जीवन जीना एक कला है । जो जीवन जीने की कला नहीं जानता वह मरने की कला भी नहीं जानता और बार-बार मरता रहता है, बार-बार जन्मता है । जो जीवन जीने की कला जान लेता है उसके लिए जीवन जीवनदाता से मिलानेवाला होता है और मौत मौत के पार प्रभु से मुलाकात करानेवाली हो जाती है ।

जीवन एक उत्सव है, जीवन एक गीत है, जीवन एक संगीत है । जीवन ऐसे जियो कि जीवन चमक उठे और मरो तो ऐसे मरो कि मौत महक उठे... आप इसीलिए धरती पर आये हो ।

गीताकार भगवान श्रीकृष्ण ने कहा है :

आरुरुक्षोर्मुनेर्योगं कर्म कारणमुच्यते ।

योग में आरूढ़ होना है तो निष्काम कर्म करो । निष्काम कर्म करने से हृदय शुद्ध होगा और हृदय शुद्ध होने लगे तो उसमें से समय बचाकर ध्यान-साधना करो । ध्यान करते-करते ध्यान में जब आगे बढ़ो तो फिर सांख्य को ले आओ, विवेक-विचार को ले आओ और आत्मसाक्षात्कार करके मुक्त हो जाओ ।

मनुष्य की बड़े-में-बड़ी गलती यह है कि वह भीतर का सुख जगाने के बदले बाहर की वस्तु से, व्यक्ति से, परिस्थिति से सुख चाहता है । वह चाहता है कि 'सब मुझे सुख दें, मान दें...' लेकिन सुख और मान लेने की चीज नहीं हैं, देने की चीज हैं । सबके भीतर सुख का भण्डार भरा पड़ा है । उसे प्रगट करने की कला सीख लो । दूसरों को सुख दो तो आपको सुख अपने-आप मिल जायेगा ।

आराम दे, आराम ले ।
दुःख-दर्द दे, दुःख-दर्द ले ॥

व्यवहार में आपको यही सावधानी रखनी है ।

आत्मनः प्रतिकूलानि परेषां न समाचरेत् ।

जो आपको अपने लिए अच्छा नहीं लगता है, अनुकूल नहीं लगता है, वैसा व्यवहार दूसरों के प्रति न करो । आप अपने लिए जो चाहते हैं, वही आप दूसरों को दो । आपके लिए वही बचेगा । आप जो देते हैं वही घूम-फिर के आपके पास आता है । आप सुख चाहते हो, मान चाहते हो तो दूसरों को सुख दो, मान दो । आप मुसीबत चाहते हो तो दूसरों को मुसीबत में डालो, जैसी ध्वनि वैसी प्रतिध्वनि ।

जिसके हृदय में क्षमा का गुण नहीं है और प्रतिशोध की आग में तपता है, वह जीवन भर शत्रुओं से घिरा रहता है । जो दूसरों को दुःखी करके खुद सुखी होने की कोशिश करता है, उसको कभी दुःख से छुटकारा नहीं मिल सकता । जो दूसरों के अपमान में और अपने सम्मान में लगा है, वह अपमान की आग से बच नहीं सकता । जो दूसरों को सताकर खुद आराम से जीना चाहता है, वह परेशानी के चक्कर से छूट नहीं सकता । प्रकृति का यह अकाट्य सिद्धांत है । प्रकृति में जो व्यवस्था है वह सबके लिए एक है । गुलाब का फूल गुलाबी क्यों है ? क्योंकि उसने सूर्य के और सब रंग अपने में रखे और गुलाबी रंग लौटाता रहा तो वह गुलाबी रंग का हो गया । जो लौटाया वही अपने लिए रह गया ।

जो दूसरों को स्नेह, आनंद और निर्भीकता देता है वह अनंत गुना स्नेह और आदर पा लेता है । साधारण मनुष्यों में और महापुरुषों में इतना ही फर्क होता है कि वे प्रकृति के **(शेष पृष्ठ २३ पर)**

आमलकी एकादशी

(१६ मार्च)

युधिष्ठिरजी ने भगवान श्रीकृष्ण से कहा : ''श्रीकृष्ण ! मुझे फाल्गुन मास के शुक्ल पक्ष की एकादशी का नाम और माहात्म्य बताने की कृपा कीजिये ।''

भगवान श्रीकृष्ण बोले : ''महाभाग धर्मनंदन ! फाल्गुन मास के शुक्ल पक्ष की एकादशी का नाम 'आमलकी' है । इसका पवित्र व्रत विष्णुलोक की प्राप्ति करानेवाला है । राजा मान्धाता ने भी महात्मा वसिष्ठजी से इसी प्रकार का प्रश्न पूछा था, जिसके उत्तर में वसिष्ठजी ने कहा था :

महाभाग ! भगवान विष्णु के मुख से चन्द्रमा के समान कांतिमान एक बिन्दु प्रकट होकर पृथ्वी पर गिरा । उसीसे आमलक (आँवले) का महान वृक्ष उत्पन्न हुआ, जो सभी वृक्षों का आदिभूत कहलाता है । उसी समय प्रजा की सृष्टि करने के लिए भगवान ने ब्रह्माजी को उत्पन्न किया और ब्रह्माजी ने देवता, दानव, गंधर्व, यक्ष, राक्षस, नाग तथा निर्मल अंतःकरणवाले महर्षियों को जन्म दिया । उनमें से देवता और ऋषि उस स्थान पर आये, जहाँ विष्णुप्रिय आमलक का वृक्ष था । महाभाग ! उसे देखकर देवताओं को बड़ा विस्मय हुआ । उस वृक्ष के बारे में वे नहीं जानते थे । उन्हें इस प्रकार विस्मित देख आकाशवाणी हुई : 'महर्षियो ! यह सर्वश्रेष्ठ आमलक का वृक्ष है, जो विष्णु को प्रिय है । इसके स्मरणमात्र से गोदान का फल मिलता है । स्पर्श करने से इससे दुगना और फल-भक्षण करने से तिगुना पुण्य प्राप्त होता है । यह सब पापों को हरनेवाला वैष्णव वृक्ष है । इसके मूल में विष्णु, उसके ऊपर ब्रह्मा, स्कंध (वृक्ष के तने का ऊपरी भाग जिसमें से डालियाँ (शाखाएँ) निकलती हैं) में परमेश्वर भगवान रुद्र, शाखाओं में मुनि, टहनियों में देवता, पत्तों में वसु, फूलों में मरुद्गण तथा फलों में समस्त प्रजापति वास करते हैं । आमलक सर्वदेवमय है । अतः विष्णुभक्त पुरुषों के लिए यह परम पूज्य है । इसलिए सदा प्रयत्नपूर्वक आमलक का सेवन करना चाहिए ।'

ऋषि बोले : 'आप कौन हैं ? देवता हैं या कोई और ? हमें ठीक-ठीक बताइये ।'

पुनः आकाशवाणी हुई : 'जो सम्पूर्ण भूतों के कर्ता और समस्त भुवनों के स्रष्टा हैं, जिन्हें विद्वान पुरुष भी कठिनता से देख पाते हैं, मैं वही सनातन विष्णु हूँ ।'

देवाधिदेव भगवान विष्णु (जो सतत सब रूपों में, सब अवस्थाओं में वास कर रहे हैं) का यह कथन सुनकर वे ऋषिगण भगवान की स्तुति करने लगे । इससे भगवान श्रीहरि संतुष्ट हुए और बोले : 'महर्षियो ! तुम्हें कौन-सा अभीष्ट वरदान दूँ ?'

ऋषि बोले : 'भगवन् ! यदि आप संतुष्ट हैं तो हम लोगों के हित के लिए कोई ऐसा व्रत बतलाइये, जो स्वर्ग और मोक्षरूपी फल प्रदान करनेवाला हो ।'

श्री विष्णुजी बोले : 'महर्षियो ! फाल्गुन मास के शुक्ल पक्ष में यदि पुष्य नक्षत्र से युक्त एकादशी हो तो वह महान पुण्य देनेवाली और बड़े-बड़े पातकों का नाश करनेवाली होती है । **इस दिन आँवले के वृक्ष के पास जाकर वहाँ रात्रि में जागरण करना चाहिए । इससे मनुष्य सब पापों से छूट जाता है और सहस्र गोदान का फल प्राप्त करता है ।** विप्रगण ! यह व्रत सभी व्रतों में उत्तम है, जिसे मैंने तुम लोगों को बताया है । **(शेष पृष्ठ २० पर)**

दृष्टि चिन्मय हो तो सर्वत्र चैतन्य

(संत एकनाथजी जयंती : २४ मार्च)

एक बार एकनाथ महाराज काशी की यात्रा करके रामेश्वर जा रहे थे । वे भगवच्चिंतन करते हुए आगे-आगे चल रहे थे और उद्धव आदि भक्त उनके पीछे-पीछे आ रहे थे । जब वे रामेश्वर पहुँचे तो समीप के ही रेतीले मैदान में एक गधा उन्हें प्यास से छटपटाता हुआ लोटपोट करता दिखायी दिया । वे तुरंत उसके समीप गये और अपनी काँवर में से तीर्थ से लाया जल लेकर उसके मुँह में डाल दिया । जल पीते ही वह गधा उठ खड़ा हुआ और मजे से चल दिया ।

जिन्होंने एकनाथजी को प्रयाग का जल उस गधे को पिलाते देखा, उन्होंने मन-ही-मन सोचा कि 'प्रयाग का गंगाजल भी व्यर्थ गया और यात्रा भी निष्फल हुई ।' एकनाथजी उनके मन की बात भाँप गये और हँसकर बोले : ''भले मानुसो ! बार-बार सुनते हो कि भगवान सब प्राणियों के अंदर हैं, फिर भी ऐसे बावरे बनते हो ! समय पर याद न रहे तो वह ज्ञान किस काम का ! मौके पर काम न आना क्या ज्ञान का लक्षण है ? यह मच्छर है, यह हाथी, यह चाण्डाल है और यह ब्राह्मण, यह गौ है और यह गधा, इस तरह का भेद क्या आत्मा में भी है ? मेरी पूजा तो यहीं से श्री रामेश्वर को पहुँच गयी । भगवान सर्वगत और सत्‌रूप हैं । भगवान से रहित भी क्या कोई जगह हो सकती है ! देह को ही देखो तो राजा की देह और गधे की देह समान ही तो है ! इन्द्र और एक चींटी दोनों देहतः समान ही हैं । देहमात्र ही नश्वर है । ब्रह्मा से लेकर चींटी तक सबके शरीर नाशवान हैं । शरीर का पर्दा हटाकर देखो तो सर्वत्र भगवान ही हैं । भगवान के सिवा और क्या है ! अपनी दृष्टि चिन्मय हो तो सर्वत्र चैतन्य ही है ।''

भगवान की सत्ता सर्वत्र मौजूद है । भगवान कहते हैं :

अहमात्मा गुडाकेश सर्वभूताशयस्थितः ।

'हे अर्जुन ! मैं सब भूतों के हृदय में स्थित सबका आत्मा हूँ ।' **(गीता : १०.२०)**

एक परमात्मा ही सब प्राणियों में छिपा हुआ है । ज्ञान की दृष्टि से देखो तो उसके अतिरिक्त कुछ भी नहीं । ❐

(पृष्ठ १९ से 'आमलकी एकादशी' का शेष)

सम्पूर्ण तीर्थों के सेवन से जो पुण्य प्राप्त होता है तथा सब प्रकार के दान देने से जो फल मिलता है, वह इस व्रत के विधिवत् पालन से होता है । इससे समस्त यज्ञों की अपेक्षा भी अधिक फल मिलता है, इसमें तनिक भी संदेह नहीं है । यह व्रत सब व्रतों में उत्तम है ।'

वसिष्ठजी कहते हैं : महाराज ! इतना कहकर देवेश्वर भगवान विष्णु वहीं अंतर्धान हो गये । तत्पश्चात् उन समस्त महर्षियों ने उक्त व्रत का पूर्णरूप से पालन किया । नृपश्रेष्ठ ! इसी प्रकार तुम्हें भी इस व्रत का अनुष्ठान करना चाहिए ।''

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं : ''युधिष्ठिर ! यह दुर्द्धर्ष व्रत मनुष्य को सब पापों से मुक्त करनेवाला है ।'' **('पद्म पुराण' से)**

(इस एकादशी-व्रत की विस्तृत विधि जानने के लिए आश्रम से प्रकाशित पुस्तक 'एकादशी व्रत कथाएँ' पढ़ें ।) ❐

प्रश्न : गुरुजी ! मैं आपका बहुत-बहुत ज्ञान सुनती हूँ लेकिन ज्ञान पचता नहीं है । मैं संसार में जाती हूँ तो संसार के बारे में ही सोचती हूँ, आपके बारे में नहीं सोच पाती हूँ बापूजी !

पूज्य बापूजी : 'ईश्वर की ओर' पुस्तक पढ़ो और जिनको ईश्वर मिले हैं जैसे नारदजी हैं, ब्रह्माजी हैं, उन्होंने ईश्वर के स्वरूप के बारे में जो कहा है वह श्रीमद् भागवत में से एकत्रित किया है ताकि साधकों को आसानी हो जाय, वह 'नारायण स्तुति' नाम की पुस्तक पढ़ो । संसार का सोचने की जो आदत पड़ी है, उसमें भगवान के विषय में सोच-विचार मिला दोगे तो जैसे काँटे से काँटा निकलता है, वैसे ही सोच-विचार से ही सोच-विचार बदल जायेंगे । संसार के सोच-विचारों से लड़ो मत और उनमें बहो मत । भगवान के प्रति सोच-विचार में डूबो । 'ईश्वर की ओर, जीवन विकास' पुस्तकें पढ़ीं, महापुरुषों के जीवन-चरित्र पढ़े, कभी रामायण, गीता आदि सद्ग्रंथ पढ़े... तो उन्हीं विचारों में रहो । विचारों को विचारों से काटो मत, मोड़ दो बस । और नहीं मुड़ते तो कोई बात नहीं । 'ॐ... ॐ... हरि ॐ तत् सत्, यह सब गपशप । हरि, ॐ, नारायण, हे गोविंद, हे प्रभु !...' ऐसा बार-बार स्मरण करने की आदत डाल दो और रात को सोते समय सत्संग में जैसा सोने का तरीका बताते हैं, ऐसे श्वासोच्छ्वास के साथ भगवन्नाम जपते-जपते सोओ और फिर पक्का इरादा करो कि 'अब तो मैं भगवान के चिंतन में ही रहूँगी ।'

सुमिरन ऐसा कीजिये, खरे निशाने चोट ।
मन ईश्वर में लीन हो, हिले न जिह्वा होंठ ॥

चिंतन करते-करते फिर अपने शाश्वत स्वभाव की सच्ची स्मृति जागृत होती है । स्मृति हुई तो बस हो गया काम !

ज्ञानं लब्ध्वा परां शान्तिम्...
नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा...

चिंतन तो करना पड़ता है, यह आरम्भ है । चिंतन ऐसा अपनत्व का बन जाय कि फिर सुमिरन में बदल जाय । सुमिरन हो गया तो काम बन गया । चिंतन में जरा परिश्रम करना पड़ता है, सावधानी बरतनी पड़ती है । 'नारायण हरि... ॐ... ॐ... प्रभु !' बार-बार इस प्रकार की आदत डाल दें । नहीं तो फिर छोटी-सी माला रखें २७ मनके की, ५४ मनके की अथवा भगवान का नाम उँगलियों पर गिनते रहें या होंठों से जपते रहें, कंठ से जपें । रात को सोते समय पक्का इरादा करें, सुबह भी पक्का इरादा करें कि 'आज तो भगवान का सुमिरन करेंगे । अगर दूसरा कुछ चिंतन आयेगा तो अपने को चिकोटी काट देंगे ।' खटखटा बाबा हो गये । वे डंडा रखते थे । भगवान के सुमिरन से मन इधर-उधर हट जाय तो डंडा खटखटाते, तुरंत मन फिर अपनी तरफ (आत्मा में) लग जाता । बड़े सिद्ध पुरुष हो गये । पहले वे सप्रू साहब नाम के डिप्टी कलेक्टर थे । मनहर नाई उनकी पैरचम्पी कर रहा था । उसको बोले : ''अच्छा ! तू जरा कहानी भी सुना ।'' तो मनहर नाई ने कहानी ऐसी सुनायी कि वे सप्रू साहब पलंग से नीचे उतरे और फटा कम्बल बिछाकर धरती पर सोये । दूसरे दिन त्यागपत्र देकर सेवा-निवृत्त हो गये और साधु बन गये । वे खटखटा बाबा, बड़े उच्चकोटि के संत हो गये । सुमिरन में बड़ी ताकत है ! इस प्रश्न के पीछे सभीको फायदा है । सब लोग सुमिरन बढ़ाते रहो । नारायण हरि ! ॐ... ॐ... ❒

सच्चा धनवान

(पूज्य बापूजी की प्रेरक अमृतवाणी)

रवीन्द्रनाथ टैगोर जापान गये हुए थे । वहाँ उनका रोज प्रवचन होता । एक वृद्ध आदर से आता और माला अर्पण कर आदर से प्रणाम करके सत्संग में बैठता ।

प्रतिदिन टैगोर आयें उससे पहले आता था और कथा पूरी हो जाय, टैगोर खड़े हो जायें उसके बाद में उठता था - ऐसा शील, शिष्टाचार उसके जीवन में था । जैसे एक निपुण जिज्ञासु अपने गुरुदेव को निहारे, ऐसे वह टैगोर को निहारकर उनका एक-एक शब्द आत्मसात् करता था । साधारण कपड़े पहनकर आनेवाला वह बूढ़ा व्यक्ति टैगोर के वचनों से बड़ा लाभान्वित हो रहा था । सभा के लोगों को ख्याल भी नहीं आता था कि कौन कितना खजाना लिये जा रहा है ।

जो लोग अपने को 'फैशनेबल' समझते हैं और संत के चार शब्द सुनकर रवाना हो जाते हैं, उनको पता ही नहीं कि वे अपने जीवन का कितना अनादर करते हैं । भगवान श्रीकृष्ण ने सांदीपनि ऋषि के चरणों में रहकर उनकी सेवा-शुश्रूषा की थी । इस आत्मविद्या को पाने के लिए श्रीरामचन्द्रजी ने वसिष्ठ मुनि के चरणों में अपने बहुमूल्य समय और बहुमूल्य पदार्थों को न्योछावर कर दिया था ।

टैगोर के चरणों में वह बूढ़ा प्रतिदिन नमस्कार करता । कथा की पूर्णाहुति हुई तो लोगों ने मंच पर सुवर्णमुद्राएँ, येन (जापान की मुद्रा), फूल, फल आदि के ढेर कर दिये । वह बूढ़ा भी आया और बोला :

''मेरी विनम्र प्रार्थना है कि कल आप मेरे घर पधारने की कृपा करें ।''

बूढ़े के विनयसम्पन्न आचरण से टैगोर प्रसन्न थे । उन्होंने भावपूर्ण निमंत्रण को स्वीकार कर लिया । आँखों से हर्ष के आँसू छलकाते हुए वह बूढ़ा विदा हुआ ।

टैगोर ने अपने निजी सेवक से कहा : ''देखना, वह बूढ़ा बड़ा भावनाशील है । मेरे प्रति उसकी गहरी श्रद्धा है । हमारे स्वागत की तैयारी में वह कहीं ज्यादा खर्च न कर बैठे ! बाद में आर्थिक बोझे का कष्ट उसको उठाना पड़ेगा । दो सौ येन उसके बच्चों को दे देना । कल चार बजे हम उसके घर चलेंगे ।''

दूसरे दिन पौने चार बजे उस बूढ़े ने रोल्स रोयस गाड़ी लाकर खड़ी कर दी । गुलाब के फूलों से सजी हुई भव्य गाड़ी देखकर रवीन्द्रनाथ ने सोचा, 'किराये पर गाड़ी लाया होगा । कितना खर्च किया होगा !'

टैगोर गाड़ी में बैठे । रोल्स रोयस गाड़ी उठी । बिना आवाज के झूमती आगे बढ़ी । एक ऊँची पहाड़ी पर बने विशाल महल के द्वार तक पहुँची । चपरासी ने सलाम मारते हुए द्वार खोला । गाड़ी भीतर प्रविष्ट हुई । महल में से कई भद्र पुरुष, महिलाएँ आकर टैगोर का अभिवादन करने लगे । वे उन्हें भीतर ले गये । सोने की कुर्सी पर रेशमी वस्त्र बिछा हुआ था, उस पर बिठाया । फिर सोने-चाँदी की पचास प्लेटों में भिन्न-भिन्न प्रकार की मेवे-मिठाइयाँ परोसी गयीं । परिवार के लोगों ने आदर से उनका पूजन किया और चरणों में बैठे ।

रवीन्द्रनाथ चकित हो गये । बूढ़े से बोले : ''आखिर तुम मुझे कहाँ ले आये ? अपने घर ले चलो न, इन महलों से मुझे क्या लेना-देना !''

सादे कपड़ोंवाले उस बूढ़े ने कहा : ''महाराज ! यह मकान मेरा है। हम जिस रोल्स रोयस गाड़ी में आये वह भी मेरी है और ऐसी दूसरी पाँच गाड़ियाँ मेरे पास हैं। ऐसी सोने की दो कुर्सियाँ भी हैं। ये लोग जो आपको प्रणाम कर रहे हैं ये मेरे पुत्र, पौत्र, प्रपौत्र हैं। यह मेरे बेटों की माँ है। ये चार उसकी बहुएँ हैं।''

टैगोर ने बात की तो पता चला कि जिसको वे गरीब बुड्ढा समझ रहे थे वह तो अरबोंपति है !

''ओहो ! तो तुम इतने धनाढ्य हो फिर भी ऐसे सादे, गरीबों के जैसे कपड़ों में वहाँ आकर बैठते थे !''

''महाराज ! मैं समझता हूँ कि यह बाहर का श्रृंगार और बाहर का धन कोई वास्तविक धन नहीं है। जिस धन से आत्मधन न मिले उस धन का गर्व करना बेवकूफी है । वह धन कब चला जाय कोई पता नहीं । परलोक में उसका कोई उपयोग नहीं, इसलिए उस धन का गर्व करके कथा में आकर बैठना कितनी नासमझी है ! और इस धन को सँभालते-सँभालते जो सँभालने योग्य है, उसको न सँभालना कितनी नादानी है !

महाराज ! ज्ञान के धन के आगे, भक्ति के धन के आगे यह मेरा धन क्या मूल्य रखता है ! यह तो मुझसे मजदूरी करवाता है लेकिन जब से आपके चरणों में बैठा हूँ और आपने जो आत्मधन दिया है वह धन तो मुझे सँभालता है। बाह्य धन मुझसे अपने को सँभलवाता है। सच्चा धन तो आत्मधन है जो मेरा रक्षण करता है। मैं सचमुच कृतज्ञ हूँ। सदा के लिए आपका खूब-खूब आभारी रहूँगा । जीवन भर बाह्य धन को कमाने और सँभालने में मैंने अपने को नोच डाला, फिर भी जो सुख व शांति नहीं मिली वह आपके सत्संग-दर्शन से मुझे मिलती गयी। बाहर के वस्त्र-अलंकार को तुच्छ समझा और सादे कपड़े पहनकर, फटे चीथड़े पहनकर कंगाल की भाँति आपके द्वार पर भिखारी होकर बैठा और आध्यात्मिक धन की भिक्षा मैंने पायी है । हे दाता ! मैं धन्य हूँ !''

रवीन्द्रनाथ टैगोर का चित्त प्रसन्न हो गया।

जहाँ ज्ञान का आदर होता है वहाँ जीवन का आदर होता है। जहाँ सत्य जीवन का आदर है वहाँ ब्रह्मविद्या का आदर होता ही है। वहाँ लक्ष्मी सुखदायी बनती है और स्थिर रहती है।

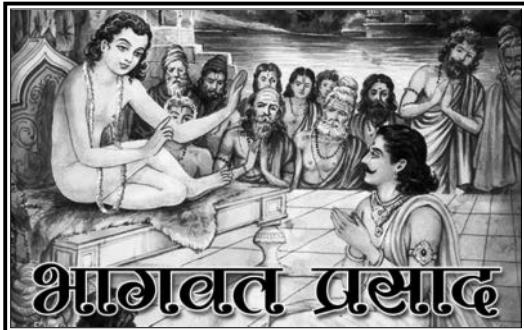
टैगोर बोले : ''सेठ ! बाह्य धन में ममता नहीं और भीतरी धन का आदर है, इसलिए तुम वास्तव में सेठ हो । मैं भी आज धन्य हुआ । तुम्हारे जैसे भक्त के घर आकर मुझे महसूस हुआ कि मेरा सत्संग-प्रवचन करना सार्थक हुआ।

कई जगह जाते हैं तो लोग नश्वर धन माँगते हैं। 'यह चाहिए... वह चाहिए...' करके अपने को भी खपा देते हैं और हमारा समय भी खपा देते हैं लेकिन तुम बुद्धिमान हो । नश्वर धन की माँग नहीं, फिर भी दाता तुम्हें दिये जा रहा है और तुम्हारी शाश्वत धन की प्यास भी बुझाने के लिए उसने मुझे यहाँ भेज दिया होगा।''

धन-वैभव होते हुए भी उसमें आस्था या आसक्ति न करे अपितु जिससे सारा ब्रह्माण्ड और विश्व है उस विश्वेश्वर के वचन सुनकर संत-महात्मा के चरणों में बैठ अपने अहं को गला के आत्मा के अनुभव में अपना जीवन धन्य कर ले, वही सच्चा धनवान है।

(आश्रम से प्रकाशित पुस्तक 'जीवन विकास' से क्रमशः) ❐

(पृष्ठ १८ से 'जीने-मरने की कला' का शेष)

नियम के अनुसार परमात्मा के आश्रय में जीते हैं और साधारण मनुष्य स्वार्थपरायण होकर अज्ञानवश सुखी होने के लिए अंधी दौड़ लगाते हैं। महापुरुषों को प्रेम, आनंद, माधुर्य, प्रसन्नता, आदर सहज में मिल जाता है और साधारण मनुष्य को दुःख, परेशानी व चिंता नोचती है। **(क्रमशः)**

हवाई जहाज की यात्रा : तत्त्वज्ञान

(पूज्य बापूजी की पावन अमृतवाणी)

उद्धव ने देखा कि अब सोने की द्वारिका के साथ पूरा यदुवंश यानी भगवान का पूरा परिवार उनकी आँखों के सामने खत्म हो रहा है, फिर भी श्रीकृष्ण को कोई शोक नहीं, कोई आसक्ति नहीं। वे आत्मा में निष्ठ हैं, तत्त्व में खड़े हैं। वे प्रपंच को सत्य नहीं मानते। सब प्रपंच मिथ्या है।

यह मिथ्या प्रपंच का विसर्जन हो रहा था। उद्धव ने देखा कि भगवान अपनी माया समेट रहे हैं। अब वे स्वधाम जाने की तैयारी में हैं। उन्होंने कहा : ''प्रभु ! दया करो। मुझे साथ में ले चलो।''

श्रीकृष्ण ने कहा : ''उद्धव ! साथ में कोई आया नहीं और साथ में कोई जायेगा नहीं।

यदिदं मनसा वाचा चक्षुर्भ्यां श्रवणादिभिः।
नश्वरं गृह्यमाणं च विद्धि मायामनोमयम्॥

(श्रीमद् भागवत : ११.७.७)

मन से, वाणी से, आँख से, कान से जो कुछ अनुभव में आता है वह सब नश्वर है, मनोमय है, मायामात्र है - ऐसा समझ लो। हे उद्धव ! मैं तुझे तत्त्वज्ञान सुनाता हूँ। वह सुनकर तू बदरिकाश्रम चला जा, एकांत में बैठ जा। 'मैं आत्मा हूँ तो कैसा हूँ ?' यह खोज। 'मैं कौन हूँ... ? मैं कौन हूँ ?...' यह अपने-आपको गहराई से पूछ।''

बच्चा 'यह क्या है ? वह क्या है ? यह कौन है ?' ऐसा पूछता है लेकिन 'मैं कौन हूँ ?' ऐसा संसार के किसी बच्चे ने नहीं पूछा। वह आत्मज्ञान का खजाना बंद-का-बंद रह गया।

अब तुम अपने-आपसे पूछो : 'मैं कौन हूँ ?' खाओ, पियो, चलो, घूमो, फिर पूछो : 'मैं कौन हूँ ?'

'मैं रमणलाल हूँ।'

यह तो तुम्हारी देह का नाम है। तुम कौन हो ? अपने को पूछा करो। जितनी गहराई से पूछोगे, उतना दिव्य अनुभव होने लगेगा। एकांत में, शांत वातावरण में बैठकर ऐसा पूछो... ऐसा पूछो कि बस, पूछना ही हो जाओ। एक दिन, दो दिन, दस दिन में यह काम नहीं होगा। खूब अभ्यास करोगे तब 'मैं कौन हूँ ?' यह प्रगट होने लगेगा और मन की चंचलता मिटने लगेगी, बुद्धि के विकार नष्ट होने लगेंगे तथा शरीर का तूफान शांत होने लगेगा। यदि ईमानदारी से साधना करने लगो न, तो छः महीने में वहाँ पहुँच जाओगे, जहाँ छः साल से चला हुआ व्यक्ति भी नहीं पहुँच पाता है। छः साल बैलगाड़ी चले और छः घण्टे हवाई जहाज उड़े तो कौन आगे पहुँचेगा ? तत्त्वज्ञान हवाई जहाज की यात्रा है।

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं : ''हे उद्धव ! तू बदरिकाश्रम चला जा। कोई किसीका नहीं है। कोई किसीके साथ आया नहीं, कोई किसीके साथ जायेगा नहीं। तू बोलता है कि मैं तुम्हारे साथ चलूँ लेकिन तू मेरे साथ आया नहीं, न मैं तेरे साथ आया हूँ। सब अकेले-अकेले जायेंगे। मुझसे तू तत्त्वज्ञान सुन ले। फिर मुझसे तू ऐसा मिलेगा कि बिछुड़ने का दुर्भाग्य ही नहीं आयेगा।''

ऐसे तो श्रीकृष्ण उद्धव के सिर पर हाथ रख देते : 'फुर्रर्र...! तू मुक्त हो गया !' नहीं, श्रीकृष्ण ने तत्त्वज्ञान का उपदेश दिया और कहा कि 'जो उपदेश दिया है, उसका बराबर अनुभव कर !'

पशु होते हैं न, वे पहले घास ऐसे ही खाते हैं, फिर बैठे-बैठे जुगाली करते हैं। ऐसे ही तुम भी कथा-सत्संग सुन लो, फिर एकांत में जाकर उसका चिंतन-मनन करो। **(शेष पृष्ठ २६ पर)**

बड़ा सरल है उसे पाना !

कुलपति स्कंधदेव के गुरुकुल में प्रवेशोत्सव समाप्त हो चुका था । कक्षाएँ नियमित रूप से चलने लगी थीं । उनके योग और अध्यात्म संबंधित प्रवचन सुनकर विद्यार्थी उनसे बड़े प्रभावित होते थे । एक दिन प्रश्नोत्तर-काल में शिष्य कौस्तुभ ने स्कंधदेव से प्रश्न किया : ''गुरुदेव ! क्या इसी जीवन में ईश्वर को प्राप्त किया जा सकता है ?''

स्कंधदेव एक क्षण तो चुप रहे, फिर कुछ विचारकर बोले : ''तुम्हारे इस प्रश्न का उत्तर तुम्हें कल मिल जायेगा और आज सायंकाल तुम सब लोग निद्रा देवी की गोद में जाने से पूर्व भगवान का ध्यान करते हुए बिना माला के १०८ बार वासुदेव-मंत्र का जप करना तथा प्रातःकाल उसकी सूचना मुझे देना।''

जब प्रातःकाल स्कंधदेव के प्रवचन का समय आया तो सब विद्यार्थी अनुशासनबद्ध होकर आ बैठे । स्कंधदेव ने अपना प्रवचन प्रारम्भ करने से पूर्व पूछा कि ''कल सायंकाल तुममें से किस-किसने सोने से पूर्व कितने-कितने मंत्रों का उच्चारण किया ?'' कौस्तुभ को छोड़कर सब विद्यार्थियों ने अपने-अपने हाथ उठा दिये। किसीने भी भूल नहीं की थी । सबने १०८ बार वासुदेव मंत्र का जप व भगवान का ध्यान कर लिया था । स्कंधदेव ने कौस्तुभ को बुलाया और पूछा : ''क्यों कौस्तुभ ! तुमने सोने से पूर्व १०८ बार मंत्र का उच्चारण क्यों नहीं किया ?''

कौस्तुभ ने सिर झुका लिया और विनीत वाणी में बोला : ''गुरुदेव ! कृपया मेरा अपराध क्षमा करें । मैंने बहुत प्रयत्न किया किंतु जब चित्त जप की संख्या गिनने में चला जाता था तो भगवान का ध्यान नहीं रहता था और जब भगवान का ध्यान करता तो गिनती भूल जाता । सारी रात ऐसे ही बीत गयी और मैं आपका दिया नियम पूरा न कर सका ।''

स्कंधदेव मुस्कराये और बोले : ''कौस्तुभ ! तुम्हारे कल के प्रश्न का यही उत्तर है । जब हम संसार के सुख, सम्पत्ति, भोग की गिनती में लग जाते हैं तब हम भगवान के प्रेम को भूल जाते हैं । ईश्वर ने मनुष्य-शरीर देकर हमें संसार में जिस काम के लिए भेजा है, उसे हम भोगों में आसक्त रहकर नहीं कर पाते लेकिन अगर कोई इन सबसे चित्त हटाकर भगवान में अपना चित्त लगाता है तो उसे कोई भी पा सकता है ।'' ❐

अक्ल लड़ाओ, ज्ञान बढ़ाओ

१. गोदावरी नदी के तट पर,
एक नगर है सुंदर, पावन ।
जहाँ रामजी, लक्ष्मण, सीता रहे,
कौन वह पुर मनभावन ?

२. उच्चासन पर वह बैठा है,
शीतल श्वेत वस्त्र धारण कर ।
कहो, कौन जो शिवस्वरूप है,
निकट अवस्थित मानसरोवर ?

३. गंगा-सोन नदी संगम पर,
जो स्थित और सुशोभित ।
कहो, कहाँ दसवें गुरु द्वारा
हुआ धर्म सम्पोषित ?

(अंक - २१८ की पहेली के उत्तर)

१. कुरुक्षेत्र २. यमुनोत्री ३. गंगासागर

ब्रह्मचर्य की महिमा

- पूज्य बापूजी

गलत अभ्यास का दुष्परिणाम

आज समाज में कितने ही ऐसे अभागे लोग हैं जो श्रृंगार रस की पुस्तकें पढ़कर, सिनेमाओं के कुप्रभाव के शिकार होकर स्वप्नावस्था या जाग्रतावस्था में अथवा तो हस्तमैथुन द्वारा माह में अनेक बार वीर्यनाश करते हैं। शरीर और मन को ऐसी आदत डालने से वीर्याशय बार-बार खाली होता रहता है। उसको भरने में ही शारीरिक शक्ति का अधिकतर भाग व्यय होने लगता है, जिससे शरीर को कांतिमान बनानेवाला ओज संचित ही नहीं हो पाता और व्यक्ति शक्तिहीन, ओजहीन, उत्साहशून्य बन जाता है। ऐसे व्यक्ति का वीर्य पतला होता है। यदि वह समय पर अपने को सँभाल नहीं सका तो शीघ्र ही वह स्थिति आती है कि उसके अण्डकोष वीर्य बनाने में असमर्थ हो जाते हैं। फिर भी यदि थोड़ा-बहुत वीर्य बनता है तो वह पानी जैसा ही बनता है, जिसमें संतानोत्पत्ति की ताकत नहीं होती। उसका जीवन जीवन नहीं रहता। ऐसे व्यक्ति की हालत मृतक पुरुष जैसी हो जाती है। कई प्रकार के रोग उसे घेर लेते हैं। कोई दवा उस पर असर नहीं करती। वह व्यक्ति जीते-जी नरक का दुःख भोगता रहता है। शास्त्रकारों ने लिखा है :

आयुस्तेजो बलं वीर्यं प्रज्ञा श्रीश्च महद्यशः ।
पुण्यं च प्रीतिमत्वं च हन्यतेऽब्रह्मचर्यया ॥

'आयु, तेज, बल, वीर्य, बुद्धि, लक्ष्मी, कीर्ति, यश तथा पुण्य और प्रीति - ये सब ब्रह्मचर्य का पालन न करने से नष्ट हो जाते हैं।'

वीर्यरक्षण सदैव स्तुत्य

इसीलिए वीर्यरक्षा स्तुत्य है। 'अथर्ववेद' (१६.१.१,४) में कहा गया है :

अतिसृष्टो अपां वृषभोऽतिसृष्टा अग्नयो दिव्याः ।
इदं तमति सृजामि तं माभ्यवनिक्षि ।

'शरीर में व्याप्त वीर्यरूपी जल को बाहर ले जानेवाले, शरीर से अलग कर देनेवाले काम को मैंने परे हटा दिया है। अब मैं इस काम को अपने से सर्वथा दूर फेंकता हूँ। मैं इस बल, बुद्धि, आरोग्यतानाशक काम का कभी शिकार नहीं होऊँगा।' ...और इस प्रकार के संकल्प से अपना जीवन-निर्माण न करके जो व्यक्ति वीर्यनाश करता रहता है, उसकी क्या गति होती है, इसका भी वेदों (अथर्ववेद : १६.१.२,३) में उल्लेख आता है :

रुजन् परिरुजन् मृणन् प्रमृणन् ॥
म्रोको मनोहा खनो निर्दाह आत्मदूषिस्तनूदूषिः ॥

'यह काम रोगी बनानेवाला है, बहुत बुरी तरह रोगी करनेवाला है। **मृणन्** यानी मार देनेवाला है। **प्रमृणन्** यानी बहुत बुरी तरह मारनेवाला है। यह टेढ़ी चाल चलाता है, मानसिक शक्तियों को नष्ट कर देता है। शरीर में से स्वास्थ्य, बल, आरोग्यता आदि को नोच-नोच के बाहर फेंक देता है। शरीर की सब धातुओं को जला देता है। जीवात्मा को मलिन करता है। शरीर के वात, पित्त, कफ को दूषित करके उसे तेजोहीन बना देता है।'

ब्रह्मचर्य के बल से ही अर्जुन ने अंगारपर्ण जैसे बलशाली गंधर्वराज को पराजित किया था।

(क्रमशः) ❐

(पृष्ठ २४ से 'हवाई जहाज की यात्रा : तत्त्वज्ञान' का शेष)

जितनी देर सुनते हो उससे दस गुना मनन करना चाहिए। मनन से दस गुना निदिध्यासन करना चाहिए। हम भी डीसा में अपने-आपमें डूबे रहते थे। पूज्यपाद गुरुदेव के आशीर्वाद के बाद तुरंत निकल पड़ते समाज में हुश हो... हुश हो... तो काम नहीं बनता। सुनो और एकांत में बैठकर जमाओ। ❐

जीवन-संजीवनी

- श्री परमहंस अवतारजी महाराज

✼ सुखमनी साहिब की एक पंक्ति है **'गलि पाथर कैसे तरै अथाह'** अर्थात् जिसके गले में बड़ा पत्थर बँधा हो वह सागर को कैसे पार कर सकता है ! जब यह असम्भव है तो जिसके साथ पाँच बड़े-बड़े विकाररूपी पत्थर बँधे हों तो वह भवसागर से पार कैसे होगा ! इसलिए साधक को काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार इत्यादि का त्याग कर देना चाहिए ।

✼ संत-महापुरुषों ने नाम-सुमिरन पर जोर दिया है, इसलिए नाम का सुमिरन करना जड़ को पानी देना है और नाम को विस्मृत कर शेष कर्म करना पत्तों को गीला करना है ।

✼ जो माता-पिता यह चाहते हैं कि उनकी संतान सदैव सुखी रहे तो उन्हें चाहिए कि संतान के मन में सत्संग के संस्कार आरम्भ से डालें ।

✼ भजन में उन्नति चाहनेवालों को कम बोलने का, सारगर्भित बोलने का स्वभाव बनाना चाहिए ।

✼ जो कहे कि परमात्मा भी मिले और कष्ट भी न हो, वह तो बातों के पकवान खाता है । जितनी श्रेष्ठ वस्तु होगी उतना अधिक मूल्य देना होगा । झूठे संसार के लिए मनुष्य कितने कष्ट उठाता है, यदि सच्चा मालिक सिर के भार मिले तो भी सस्ता कहा जायेगा ।

✼ यह सोचकर दुःखी न होओ कि 'यह ऐसा क्यों हुआ ?' यह चीज कुदरत पर छोड़ दो तो अनेकों दुःखों से बच जाओगे ।

✼ एक दिन भी भजन न करने से अंतःकरण कमजोर हो जाता है, इसलिए नियम से भजन करो ।

✼ जब सब कुछ एक दिन छोड़ जाना है तो शोकादि त्याग प्रसन्नचित्त होकर जीवन व्यतीत करना ही सत्संगी का स्वभाव होना चाहिए ।

✼ अभी-अभी अमुक मनुष्य जीवित था, एक मिनट बाद सुनते हैं कि वह शरीर छोड़ गया । ऐसे नाशवान शरीर पर भरोसा रखकर किसीसे कर्कश बोलना या शत्रुता बढ़ाना अज्ञान है ।

✼ गुरुचरणों की छाया में रहो तो तृप्त हो जाओगे और कठिनाइयाँ भी सरल हो जायेंगी ।

✼ 'अमुक व्यक्ति को श्री गुरुमहाराजजी ने ऐसे दर्शन दिये, अमुक को ऐसे सहयोग दिया ।' ऐसी बातें सुनकर प्रत्येक के हृदय में यह अभिलाषा होती है कि मुझे भी दर्शन दें और सहायता करें, परंतु स्वयं को वैसा विनम्र और कृपापात्र बनाने का प्रयत्न नहीं करते । सद्गुरु की कृपा को सरल व समर्पित हृदय ही प्राप्त कर सकता है ।

✼ जीव को चाहिए कि अपना मन सब तरफ से हटाकर एक परमात्मा के चरणों में लगाये ।

✼ जो कहे कि मुझे परमात्मा से मिलने की इच्छा है और सांसारिक मोह व इच्छाएँ भी नहीं छोड़ता, वह स्वयं को ठगता है । ❐

व्रत, पर्व एवं त्यौहार

✼ १९ मार्च : होली, चैतन्य महाप्रभु जयंती

✼ २० मार्च : धुलेण्डी

✼ २२ मार्च : मंगलवारी चतुर्थी (दोप. १२-३३ से)

✼ २४ मार्च : रंग पंचमी, संत एकनाथ षष्ठी

✼ ३० मार्च : पापमोचनी एकादशी

✼ ४ अप्रैल : चैत्री नवरात्र, राष्ट्रीय चैत्री नूतन वर्ष वि.सं.२०६८ प्रारम्भ, गुडी पड़वा (वर्ष के साढ़े तीन शुभ मुहूर्तों में से एक)

✼ ५ अप्रैल : चेटीचंड

✼ १० अप्रैल : रविवारी सप्तमी (११ अप्रैल प्रातः ५-५२ तक)

✼ १२ अप्रैल : श्रीरामनवमी

गर्मियों के लिए प्रकृति का उपहार : संतरा

ग्रीष्म में सूर्य की प्रखर किरणें शरीर का स्निग्ध व जलीय अंश को सोखकर उसे दुर्बल बना देती हैं। संतरा अपने शीतल, मधुर व शीघ्र बलवर्धक गुणों से इसकी पूर्ति कर देता है। सेवन के बाद तुरंत ताजगी, शक्ति व स्फूर्ति देना इसका प्रमुख गुण है। यह अनेक पौष्टिक गुणों से भरपूर है। इसमें विटामिन 'ए' व 'बी' मध्यम मात्रा में व 'सी' प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। **यह आँतों को साफ करनेवाला व वायुशामक है।** हृदयरोग, नेत्ररोग, वातविकार, पेट की गड़बड़ियाँ, खून की कमी, आंतरिक गर्मी, पित्तजन्य विकार, दुर्बलता व कुपोषण के कारण उत्पन्न होनेवाले रोगों में संतरा लाभदायी है।

अत्यंत कमजोर व्यक्ति को संतरे का रस थोड़ी-थोड़ी मात्रा में दिन में २-३ बार देने से शरीर पुष्ट होने लगता है। बच्चों के सूखा रोग में जब शरीर का विकास रुक जाता है तब संतरे का रस पिलाने से उसे नवजीवन प्राप्त होता है।

सुबह दो संतरे के रस में थोड़ा ताजा ठंडा पानी मिलाकर नियमित लेने से पुराना-से-पुराना कब्ज दूर हो जाता है।

संतरे के रस में थोड़ा-सा काला नमक व सोंठ मिलाकर लेने से अजीर्ण, अफरा, अग्निमांद्य आदि पेट की गड़बड़ियों में राहत मिलती है।

गर्भवती महिलाओं को दोपहर के समय संतरा खिलाने से उनकी शारीरिक शक्ति बनी रहती है तथा बालक स्वस्थ व सुंदर होता है। इसके सेवन से सगर्भावस्था में जी मिचलाना, उलटी आदि शिकायतें भी दूर होती हैं।

पायरिया (दाँत से खून, मवाद आना) में संतरे का सेवन व उसकी छाल के चूर्ण का मंजन लाभदायी है।

संतरे के ताजे छिलकों को पीसकर लेप करने से मुँहासे व चेहरे के दाग मिट जाते हैं, त्वचा का रंग निखरता है।

संतरे का शरबत : पाव किलो संतरे के रस में एक किलो मिश्री मिला चाशनी बनाकर काँच की बोतल में रखें। ताजे संतरे न मिलने पर इसका उपयोग करें।

सावधानी : कफजन्य विकार, त्वचारोग, सूजन व जोड़ों के दर्द में तथा भोजन के तुरंत बाद संतरे का सेवन न करें। संतरा खट्टा न हो, मीठा हो इसकी सावधानी रखें।

एक दिव्य औषधि : वटवृक्ष

भारतीय शास्त्रों में वटवृक्ष को 'गुणों की खान' कहा गया है। वटवृक्ष मानव-जीवन के लिए अत्यंत कल्याणकारी है। यदि व्यक्ति इसके पत्ते, जड़, छाल एवं दूध आदि का सेवन करता है तो रोग उससे कोसों दूर रहते हैं। वट के विभिन्न भागों का विशेष महत्त्व है :

दूध : स्वप्नदोष आदि रोगों में बड़ का दूध अत्यंत लाभकारी है। सूर्योदय से पूर्व २-३ बताशों में ३-३ बूँद बड़ का दूध टपकाकर उन्हें खा जायें। प्रतिदिन १-१ बूँद मात्रा बढ़ाते जायें। ८-१० दिन के बाद मात्रा कम करते-करते अपनी शुरूवाली मात्रा पर आ जायें। यह प्रयोग कम-से-कम ४० दिन अवश्य करें। बवासीर, धातु-दौर्बल्य, शीघ्र पतन, प्रमेह, स्वप्नदोष आदि रोगों के लिए यह अत्यंत लाभकारी है। इससे हृदय व मस्तिष्क को शक्ति मिलती है

तथा पेशाब की रुकावट में आराम होता है। यह प्रयोग बल-वीर्यवर्द्धक व पौष्टिक है। इसे किसी भी मौसम में किया जा सकता है। इसे सुबह-शाम करने से अत्यधिक मासिक स्राव तथा खूनी बवासीर में रक्तस्राव बंद हो जाता है।

दाँतों में इसका दूध लगाने से दाँत का दर्द समाप्त हो जाता है। हाथ-पैर में बिवाइयाँ फटी हों तो उसमें बरगद का दूध लगाने से ठीक हो जाती हैं। चोट-मोच और गठिया रोग में सूजन पर इसके दूध का लेप करने से आराम मिलता है। यह सूजन को बढ़ने से रोकता है। दूध को नाभि में भरकर थोड़ी देर लेटने से अतिसार में आराम होता है। शरीर में कहीं गठान हो तो प्रारम्भिक स्थिति में तो गाँठ बैठ जाती है और बढ़ी हुई स्थिति में पककर फूट जाती है।

❋ १० बूँद बरगद का दूध, लहसुन का रस आधा चम्मच तथा तुलसी का रस आधा चम्मच इन तीनों को मिलाकर चाटने से निम्न रक्तचाप में आराम मिलता है।

बल-वीर्य की वृद्धि : कच्चे फल छाया में सुखा के चूर्ण बना लें। बराबर मात्रा में मिश्री मिलाकर रख लें। १० ग्राम चूर्ण सुबह-शाम दूध के साथ ४० दिन तक सेवन करने से बल-वीर्य और स्तम्भन (वीर्यस्राव को रोकने की) शक्ति में भारी वृद्धि होती है।

गर्भस्थापन के लिए : ऋतुकाल में यदि वन्ध्या स्त्री पुष्य नक्षत्र में लाकर रखे हुए वटशुंग (बड़ के कोंपलों) के चूर्ण को जल के साथ सेवन करे तो उसे अवश्य गर्भधारण होता है।

- आयुर्वेदाचार्य शोढ़ल

पक्षाघात (लकवा) : ❋ बरगद का ५ ग्राम दूध महानारायण तेल में मिलाकर मालिश करें।

❋ बड़ की छाल और काली मिर्च दोनों १००-१०० ग्राम पीसकर २५० ग्राम सरसों के तेल में पकायें फिर लकवाग्रस्त अंग पर लेप करें। ❑

नीचे दिये गये रिक्त स्थानों के उत्तर खोजने के लिए इस अंक को ध्यानपूर्वक पढ़िये। उत्तर अगले अंक में प्रकाशित किये जायेंगे।

(१) .... के बिना संसार के दुःखों से छुटकारा नहीं होता।

(२) जो दूसरों को ...... खुद आराम से जीना चाहता है; वह परेशानी के चक्कर से छूट नहीं सकता।

(३) चिंतन ऐसा अपनत्व का बन जाय कि फिर .... में बदल जाय।

(४) ब्रह्मा से लेकर चींटी तक सबके शरीर .... हैं।

(५) मनुष्य .... का दास नहीं वरन् स्वामी है।

(६) कैसी भी विकट परिस्थिति हो, अपनी .... को अडिग बनाये रखें।

(७) जिस धन से .... न मिले उस धन का गर्व करना बेवकूफी है।

(८) जहाँ सत्य जीवन का आदर है, वहाँ .... का आदर होता ही है।

(९) मन से, वाणी से, आँख से, कान से जो कुछ अनुभव में आता है वह सब ...... है।

(१०) आध्यात्मिक व भविष्य की उन्नति की बुनियाद .... ही है।

(११) जो दूसरे के दुःख को अपने दुःख से ज्यादा मानकर दूसरे का .... का प्रयत्न करता है, उसका आत्मवैभव जगता है।

(१२) ...... की उपासना सत्य की उपासना है। संत की स्तुति सत्य की स्तुति है।

पिछले अंक के 'स्वाध्याय' के उत्तर :

१. सत्संग २. संयम ३. शाश्वत ४. असली सुख ५. घृणा, नकारा ६. विभु ७. क्लेश ८. वासना और कमजोरी ९. दान १०. वैदिक संस्कृति ११. भक्ति, सुख-शांति, समृद्धि

दीक्षा से बदलती है जीवन-दिशा

मैं पेशे से एक डॉक्टर हूँ और सन् १९६० से अमेरिका में रहता हूँ। १९८३ की बात है, मुझे मेडिकल कॉलेज में प्रवेश नहीं मिल रहा था, जिससे मैं बहुत उदास हो गया था। उस समय भगवान की महती कृपा से ही मुझे बापूजी के सत्संग में जाने का सौभाग्य मिला। मन-ही-मन मैंने बापूजी से प्रार्थना की तो उस समय मुझे बापूजी की महती कृपा से कॉलेज में प्रवेश मिल गया।

मैं कई साधु-महात्माओं के पास गया पर बापूजी के सत्संग में मुझे अवर्णनीय, असीम शांति का अनुभव हुआ। मुझे कई दुर्व्यसनों से भी मुक्ति मिल गयी। पहले मेरी आमदनी भी बहुत कम थी किंतु अब बापूजी की कृपा से साल भर में लगभग एक करोड़ रुपये से भी ज्यादा कमा लेता हूँ। आज मेरा पूरा परिवार पूज्य बापूजी से दीक्षित है।

बापूजी के यहाँ योगशिक्षा, मंत्रदीक्षा एवं सत्संग निःशुल्क उपलब्ध होता है, ऐसा और कहीं नहीं होता। दिन-रात शारीरिक विषमताएँ सहन करते हुए जीवमात्र की भलाई में रत रहनेवाले मेरे पूज्य बापूजी को पूरा समझ पाना असम्भव है, वे मानवी सीमाओं से परे हैं। निश्चय ही पूज्य बापूजी मेरे जीवन की सर्वाधिक मूल्यवान निधि हैं। सारे तीर्थों का वास मुझे उनके श्रीचरणों में नजर आता है। उनकी महिमा कहाँ तक गाऊँ, उन्होंने मुझे क्या नहीं दिया ! सबका मंगल करनेवाले, सबका दुःख हरनेवाले, परम हितैषी, भगवत्स्वरूप गुरुदेव को मेरे कोटि-कोटि प्रणाम !

- Dr. Rajeev Yadav,
2362, Camberwell, St. louis, Missouri
(U.S.A.). Ph. : 03148826781.

✲ एक होता है विकारी मार्ग, दूसरा होता है प्रभुप्रीति-मार्ग। विकारी मार्ग थकाता है, स्वार्थ में, मोह में, राग-द्वेष में गिराता है और जीव को जन्म-मरण में भटकाता है। इसे संसारी मार्ग, 'प्रेय मार्ग' भी कहते हैं। यह पतन का मार्ग है। प्रेय मार्ग संसारी चीजों में उलझाता है, चौरासी लाख योनियों में भटकाता है। दूसरा मार्ग है साधक मार्ग (प्रभुप्रीति-मार्ग), इसको 'श्रेय मार्ग' भी बोलते हैं। श्रेय मार्ग संसार में होते हुए भी सत्-चित्-आनंद के रस, ज्ञान और मुक्ति से मिलाने में समर्थ है।

✲ आत्मज्ञान के बिना संसार के दुःखों से छुटकारा नहीं होता। आत्मज्ञान से शोक चला जाता है, भविष्य का भय चला जाता है, वर्तमान में लोग क्या कहेंगे इसका दबाव चला जाता है क्योंकि आत्मा नित्य-वस्तु है।

✲ जीवन एक संगीत है, जीवन एक नृत्य है। किसी भी अवस्था में हमारा मन विक्षिप्त न हो और अगर होता है तो उस बदलनेवाले मन के साथ हम न जुड़ें। बड़ी-बड़ी आपदाएँ आयें तो भी हँसते-खेलते उनको पसार होने दो। शिवजी समाधि के बाद डमरू लेकर नाचते हैं। कृष्ण बंसी बजाकर नाचते हैं, नारदजी वीणा बजाते हुए नृत्य करते हैं और हनुमानजी करताल बजाते हुए नाचते हैं। जीवन सर्वांग-सम्पूर्ण होना चाहिए।

– पूज्य बापूजी

१४ वर्ष का मिटा विषाद बाँटा जब 'ऋषि प्रसाद'

पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में कोटि-कोटि प्रणाम !

मैंने १९९६ में पूज्य बापूजी से मंत्रदीक्षा ली थी । मेरी उम्र ६५ साल है । मुझे एक साधिका बहन ने **'ऋषि प्रसाद'** की सेवा के लिए प्रेरित किया और मैं सेवा करने लगी ।

फरवरी २०१० में नागपुर (महा.) के सत्संग-कार्यक्रम में जब पूज्य बापूजी का आगमन हुआ था, तब मैंने उनके समक्ष मन-ही-मन प्रार्थना की थी कि 'हे गुरुदेव ! मेरे बेटे की शादी को १४ साल हो गये पर उसे अभी तक कोई संतान नहीं है। प्रभु ! मेरी बहू की गोद भर दो ।' और मैंने भक्तवत्सल, करुणासिंधु, सर्वसमर्थ पूज्य बापूजी के सामने संकल्प लिया कि 'मैं **'ऋषि प्रसाद'** के **एक हजार एक सौ एक** सदस्य बनाकर भक्ति, मुक्ति का संदेश सुनानेवाली इस आध्यात्मिक पत्रिका को लोगों तक पहुँचाऊँगी ।'

ऐसा निश्चय करके मैंने सदस्य बनाने शुरू किये । अभी ३०० सदस्य ही बने थे कि पूज्य बापूजी की कृपा से **'ऋषि प्रसाद'** की सेवा का फल, प्रसादस्वरूप मेरे घर में एक कन्या ने जन्म लिया । संकल्प पूरा होने के पहले ही प्रसाद से झोली भर दी । कुछ समय बाद उसे बापूजी के दर्शन कराने ले गये तो बापूजी ने उसका नाम 'वैभव' रखा । मैंने सत्संग में सुना था कि पानी तो भगवान की सम्पदा है पर गन्ने का रस भगवान का वैभव है । ऐसे ही **'ऋषि प्रसाद'** और उससे प्राप्त होनेवाला कृपाप्रसाद तो गुरुवर की सम्पदा और वैभव हैं ।

कितने महिमावंत हैं मेरे बापूजी जिनकी अमृतवाणी पर आधारित पत्रिका को लोगों तक पहुँचाने के संकल्पमात्र से १४ साल से सूनी गोद खुशियों से भर गयी ! उन बापूजी के श्रीचरणों में मेरी यही प्रार्थना है कि 'अब मेरे हृदय में भगवत्प्राप्ति के अलावा कोई माँग न रहे ।' **– श्रीमती विमल दुमणवार वणी, जि. यवतमाल (महा.) । मो. : ०९४२०५४८५९३.** ❑

संस्मरणीय उद्गार

ज्ञानरूपी गंगाजी स्वयं बहकर यहाँ आ गयीं

''उत्तरांचल राज्य का सौभाग्य है कि इस देवभूमि में देवतास्वरूप पूज्य बापूजी का आश्रम बन रहा है । आप ऐसा आश्रम बनायें जैसा कहीं भी न हो । यह हम लोगों का सौभाग्य है कि अब पूज्य बापूजी की ज्ञानरूपी गंगाजी स्वयं बहकर यहाँ आ गयी हैं । अब गंगा जाकर दर्शन करने व स्नान करने की उतनी आवश्यकता नहीं है, जितनी संत श्री आसारामजी बापू के चरणों में बैठकर उनके आशीर्वाद लेने की है ।''

– श्री नित्यानंद स्वामी, तत्कालीन मुख्यमंत्री, उत्तराखंड ।

बापूजी के सत्संग से विश्व भर के लोग लाभान्वित

''भारतभूमि सदैव से ही ऋषि-मुनियों तथा संत-महात्माओं की भूमि रही है, जिन्होंने विश्व को शांति एवं अध्यात्म का संदेश दिया है । आज के युग में पूज्य संत श्री आसारामजी अपनी अमृतवाणी द्वारा दिव्य आध्यात्मिक संदेश दे रहे हैं, जिससे न केवल भारत वरन् विश्व भर में लोग लाभान्वित हो रहे हैं ।'' **- श्री सुरजीत सिंह बरनाला राज्यपाल, तमिलनाडु, पूर्व मुख्यमंत्री, पंजाब, पूर्व राज्यपाल, उत्तराखंड, आंध्र प्रदेश, बिहार, पूर्व केन्द्रीय रसायन, उर्वरक, खाद्य व उपभोक्ता मंत्री ।** ❑

संस्था समाचार

('ऋषि प्रसाद' प्रतिनिधि)

संत कबीरदासजी कहते हैं :

सत्संग की आधी घड़ी, सुमिरन वर्ष पचास।
वर्षा बरसे एक घड़ी, अरट फिरे बारों मास॥

संत के अनुभव की इस बात को **शाजापुर (म.प्र.)** के लोग शायद जानते होंगे इसीलिए तो १४ वर्षों से सत्संग के लिए प्रार्थना करते रहे और **३० जनवरी** को उनके सौभाग्य में वह पावन दिन आ ही गया, जब रघुनाथ इन पर द्रवीभूत हो गये।

जब द्रवै दीनदयालु राघव, साधु संगति पाइये।

यहाँ की जनता को अमृतरस का पान कराते हुए पूज्यश्री ने कहा : ''संसार का आश्रय लेते हैं तो कूड़-कपट, धोखाधड़ी, चिंता, भय, भूतकाल का शोक, भविष्य का भय, वर्तमान के विकार मिलते हैं। ये संसार की देन हैं। संसार को चाहने से दुर्गुण आते हैं और भगवान को चाहने से सरलता, सहजता, सद्भाव, सत्प्रवृत्ति, समता और परम सुखस्वरूप परमात्मा की प्राप्ति हो जाती है।''

३१ जनवरी से **२ फरवरी** तक पूज्य बापूजी **इंदौर (म.प्र.)** में रहे। एकांतवास के दौरान दया, धर्म और जीवन के परम कर्तव्य के प्रति मानवमात्र को सावधान करते हुए आपश्री ने कहा : ''मनुष्य-जीवन साक्षात्कार के लिए मिला है। उसको धिक्कार है जो कमाता है और धर्म नहीं करता। उसको धिक्कार है जो मनुष्य होकर भगवद्तत्त्व का मनन नहीं करता। उसको भी धिक्कार है जिसके पास बुद्धि है और बुद्धिदाता को पहचानने का प्रयत्न नहीं करता। वह जीते-जी मरा है जो शास्त्र, गुरु और धर्म को नहीं मानता। जो जीवों की हत्या-हिंसा करके जीवों को कंपायमान करते हुए मांसाहार करता है और शराब पीता है, वह भी जीते-जी मरा है - ऐसा तुलसीदासजी कहते हैं।''

मेघ एक बार बरसना भूल जाय पर संतपुरुष लोगों के कल्याण का अवसर नहीं छोड़ते। अज्ञान-तिमिर में भटक रहे हम लोगों पर सत्संग-वर्षा कर हमारे पाप-ताप, दैन्य मिटाने का अवसर नहीं छोड़ते। तीर्थक्षेत्र ओंकारेश्वर में नर्मदा-तट पर भक्तों द्वारा नूतन कुटिया एवं आश्रम बनाये गये थे। इनके उद्घाटन हेतु यहाँ आये बापूजी ने भी नजदीक के **सनावद** में **३ फरवरी** को सत्संग देकर दूर-दूर से आ रहे तीर्थयात्रियों के लिए ज्ञान की प्याऊ लगा दी। यहाँ के जनसमुदाय ने भी बड़े प्रेमपूर्वक भगवान के प्रति अपनत्व, प्रीति जगाती हुई पूज्यश्री की इस वाणी का श्रवण किया : ''आप आवश्यकता समझिये कि हमें प्रभु पाने की आवश्यकता है और प्रभु हमारे अपने हैं। तो आपका प्रभु के प्रति प्रेम उत्पन्न हो जायेगा और प्रेम उत्पन्न होते ही भगवान मिलने का वादा करते हैं। भगवान कहते हैं कि जो मुझे अपना मानकर प्रीतिपूर्वक भजन करते हैं उनकी बुद्धि में मैं अपना योग दे देता हूँ, अपना ज्ञान दे देता हूँ।

तेषां सततयुक्तानां भजतां प्रीतिपूर्वकम्।
ददामि बुद्धियोगं तं येन मामुपयान्ति ते॥''

(गीता : १०.१०)

पूज्य बापूजी सनावद के भक्तों को आनंदित-उल्लसित करते हुए **५ फरवरी** को **खरगोन (म.प्र.)** पहुँचे। यहाँ के पुण्यात्माओं ने पूज्य बापूजी की पीयूषवाणी का रसास्वादन किया। पूज्यश्री उवाच : ''भगवान को अपना मानने से प्रेम पैदा होता है और प्रेम से भगवान जल्दी वश में होते हैं। प्रेमाभक्ति जैसा दूसरा कोई मार्ग नहीं है। भगवान से कहो : हे प्रभु ! अच्छा काम हुआ है तो आपकी सत्प्रेरणा और सद्बुद्धि से और बुरा हुआ है तो हमारी वासना से। वासना मिटाकर आपकी भक्ति और प्रीति दो।''

६ फरवरी को एक ही दिन में दो-दो जगहों पर सत्संग हुआ। **बड़वानी (म.प्र.)** वासियों को सभी क्षेत्रों में सफल होने की गुरुचाबी बताते हुए पूज्य बापूजी ने कहा : ''गुरुमूर्ति या भगवान को एकटक देखते हुए कम-से-कम पन्द्रह मिनट 'हरि ॐ' का लम्बा उच्चारण करें। फिर भगवन्नाम या गुरुमंत्र का जप करते हुए त्रिबंधयुक्त प्राणायाम करें। बुद्धू से बुद्धू और भाग्य फूटा हुआ आदमी, समाज से निकाला हुआ आदमी जिसकी दो पैसे की इज्जत न हो, ऐसे आदमी को भी अगर यह प्रयोग रोज कराओ तो ४० दिन के अंदर वह सम्मान का पात्र हो जायेगा। बुद्धू है तो बुद्धिमान होने के द्वार खुल जायेंगे और अभागा है तो उसका भाग्य खुलने लग जायेगा। अशांत है तो उसको शांति का धन और सूझबूझ का धन मिलने लगेगा।''

६ फरवरी का एक सत्र **कुक्षी (म.प्र.)** वालों की झोली में रहा। पूज्य बापूजी ने सत्संग की महत्ता पर प्रकाश डाला : ''मंदिर में जाना तो ठीक है, इससे भावना विकसित होती है लेकिन भावना के बाद भी आत्मा-परमात्मा का ज्ञान तो चाहिए न ! मूर्ति में तो प्राण-प्रतिष्ठा करते हैं लेकिन अपना प्राण कैसे चलता है वह समझ भी तो चाहिए न ! ऐसी समझ देनेवाले सत्संग से बहुत फायदा होता है।''

७ फरवरी को **कपास्थल जि. धार (म.प्र.)** की जनता को भगवन्नाम-दीक्षा की महिमा बताते हुए बापूजी ने समझाया : ''भगवन्नाम अगर गुरु के द्वारा मिल जाता है और नाम जपने की विधि मिल जाती है तो चाहे कितने भी दुःख, भय, शोक, पाप हों, साधना-प्रकाश से ऐसे भाग जाते हैं जैसे सिंह-गर्जना से वन्य पशु और सूर्यप्रकाश से अँधेरा भाग जाता है। इसलिए वे लोग धनभागी हैं जिनको सत्संग और दीक्षा मिलती है।''

यहाँ की गरीबी को देखते हुए बापूजी ने इन गरीबों के लिए गृह-निर्माण का कार्य चालू करा दिया तथा भंडारा आयोजित कर जीवनोपयोगी वस्तुओं का वितरण भी करवाया।

१२ फरवरी को **मण्डला (म.प्र.)** में आयोजित धर्मकुम्भ में भी बापूजी की उपस्थिति से नवचैतन्य का संचार हुआ। यहाँ के धर्मकुम्भ के अति विशाल आयोजन की पूर्णाहुति धर्मकेसरी पूज्यश्री के अमृतवचनों से हुई।

१३ फरवरी को **कबीरधाम (कवर्धा, छ.ग.)** की जनता को शक्ति, भक्ति एवं मुक्ति का संदेश सुनाते हुए एवं सबके दिलों में भगवद्भक्ति, भगवद्ज्ञान एवं भगवद्आनंद का संचार करते हुए पूज्यश्री **१४ फरवरी** को **दुर्ग (छ.ग.)** पहुँचे। जिस शरीर को मैं मानने की भूल से सारे पाप होते हैं, सारी मुसीबतें आती हैं, उस भूल को मिटाकर वास्तविकता को उजागर करनेवाले 'स्व' के ज्ञान से संतृप्त करनेवाले ये वचन पूज्यश्री ने कहे : ''तुम अमर आत्मा हो। न मरने से डरो, न किसीको मरने से डराओ। तुम्हारी मौत कभी नहीं होती, मौत होती है शरीर की। शरीर के मरने के बाद भी तुम अमर हो। तुम्हें दुःख नहीं होता, मन के दुःख को भी तुम जानते हो। तुम्हें चिंता नहीं होती, चित्त की चिंता को तुम जानते हो। तुम्हें भूख नहीं लगती, भूख प्राणों को लगती है। तुम इसको भी जानते हो।''

१४ फरवरी को देश-विदेश में विभिन्न आश्रमों, समितियों, बाल संस्कार केन्द्रों, गुरुकुलों, युवा सेवा संघ की विभिन्न शाखाओं के साथ अन्य कई सामाजिक संस्थाओं ने भी विद्यालयों, महाविद्यालयों, सार्वजनिक स्थलों व घर-घर में **'मातृ-पितृ पूजन दिवस'** मनाया।

इतने विशाल स्वरूप में इसे मनाकर सभीने यह साबित कर दिया कि हम उसी देश के लाल हैं, जिस देश में अर्जुन ने अप्सरा का काम-वासनावाला प्रस्ताव ठुकरा दिया था, वेश्यापुत्री होकर भी संयमनिष्ठ कान्हूपात्रा ने राजा की काम-वासना का शिकार न बनकर भगवान में समाना स्वीकार किया था, जिस देश के वीर लखन ने 'वेलेन्टाइन डे' जैसी मनोभावनाओंवाली, कुसंस्कारी शूर्पणखा के नाक-कान काट दिये थे।

१५ फरवरी को **राजनांदगाँव (छ.ग.)** वासियों को अत्यंत सुलभ और रसमय शैली में सनातन धर्म की महिमा से अवगत कराते हुए बापूजी बोले : ''भगवान श्रीकृष्ण को उनके साथी तोक ने तमाचा मार दिया था। हिन्दू धर्म में ही इतनी छूटछाट है। आप पैगम्बर को नहीं डाँट सकते। खुदा को नहीं सुना सकते। ईश्वर के बेटे को ऐसा नहीं कर सकते लेकिन अपने पिया कृष्ण के साथ सब कुछ कर सकते हो। यह कैसा ऊँचा मानव-अधिकार और जीवात्मा का परमात्मा के साथ का अधिकार है ! कितनी छूट है !! तुम भगवान के सखा बन सकते हो और भगवान को छछिया भर छाछ पर नचा सकते हो। तुम भगवान के बाप बन सकते हो। भगवान के गुरु भी बन सकते हो तुम और भगवान की पूजा स्वीकार करके उनको थप्पड़ भी मार लेते हो तब भी भगवान तुम्हारी भलाई चाहते हैं। तुम कितने भाग्यशाली हो !''

१६ फरवरी को **नर्मदापुर (होशंगाबाद, म.प्र.)** वासियों को पुण्यमय सत्संग-सरिता में अवगाहन करने का अवसर मिला। जीवन में सद्भाव-भगवद्भाव की सृष्टि करनेवाले ये वचन पूज्य बापूजी ने कहे : ''आपकी वाणी से किसीको धोखा न मिले, किसीका

दुःख, चिंता और क्लेश न बढ़े तो आप हो गये सत्यनिष्ठ ! जब आप दूसरे का भला सोचते हैं और झूठ-कपट, बेईमानी से परहेज करते हैं तो चाहे तीन पढ़े हों, चाहे जीरो पढ़े हों, आप दुनिया को देनहार (देनेवाले) हो जाते हैं। आप बहुत सारा पढ़े हैं लेकिन संसारी इच्छा-वासनाओं की पूर्ति में झूठ-कपट, खुशामद, धोखाधड़ी करते हैं तो चाहे कितनी भी पदवियाँ हों, आपके जीवन में सुख-शांति या भगवान के सामर्थ्य को नहीं दिखा सकतीं - बिल्कुल पक्की, अनुभव की बात है।''

इस बार तो पूनम व्रतधारियों के परिश्रम को कम करने के लिए करुणासिंधु बापूजी ने भोपाल, दिल्ली, उदयपुर और नवी मुंबई ऐसे ४-४ स्थानों पर पूर्णिमा-दर्शन, सत्संग देकर उन्हें परितृप्त किया।

१७ फरवरी को **भोपाल (म.प्र.)** में ईश्वरीय तत्त्व का ज्ञान, उनके स्वभाव का वर्णन करते हुए पूज्यश्री ने उपस्थित जनों को ईश्वर की नजदीकियों का एहसास कराया, बोले : ''ईश्वर वह सुख है जो सब जगह है। जिसमें पराधीनता नहीं है, जिसे ढूँढ़ना नहीं पड़ता, जिससे बिछुड़न नहीं है। जो अपने ज्ञानस्वभाव से, अपने सत्स्वभाव से हमारी नाभि माँ की जेर से जोड़ देता है, हमारी माँ के शरीर में दूध पैदा कर देता है, सूर्य में अपनी सत्ता देकर जगत का व्यवहार चलवाता है तथा जो चंदा में चाँदनी भरकर, गुरु में ज्ञान और सामर्थ्य भरकर, माँ में प्रेम और पुचकार भरकर हमारा पालन-पोषण करता है, वह प्यारा ईश्वर हमारा अंतरात्मा भी तो है !''

१७ फरवरी (शाम) व **१८ फरवरी (सुबह)** को **दिल्ली** में पूनम-दर्शन व सत्संग सम्पन्न हुआ। यहाँ उपस्थित विशाल जनसमुदाय को सम्बोधित करते हुए बापूजी ने कहा : ''आदमी कामी, क्रोधी, बेईमान, कपटी कब बनता है ? जब ईश्वर के रस से विमुख होकर संसार के विकारों को सत्बुद्धि से देखता है तब। जब संसार की पोल को जानकर ईश्वर की आवश्यकता महसूस करता है और कोई आत्मज्ञानी संत-महात्मा मिल जाते हैं और रहस्य जान लेता है तो बड़े-से-बड़ा चम्बल की घाटीवाला भी साधुबाबा जैसा बन जाता है।''

१८ फरवरी की **दोपहर** में **उदयपुर (राज.)** में पूनम-दर्शन सम्पन्न हुआ।

१८ से २० फरवरी तक **सीवुड, नवी मुंबई** में सत्संग का सौभाग्य महानगरी की जनता को प्राप्त हुआ। तीनों दिन सत्संगप्रेमी विशाल जनमेदनी उपस्थित थी। सच्चे सुख की दिशा बताते हुए बापूजी बोले : ''आप सुख तो पाओ पर सुख के नाम पर धोखा मत खाओ। एक होती है आवश्यकता और दूसरी होती है इच्छा-वासना। शारीरिक आवश्यकता को हम अपनी आवश्यकता मानते हैं, पर अपनी वास्तविक आवश्यकता का हमें पता ही नहीं। खान-पान, मकान आदि शरीर की आवश्यकता है। शरीर को ईश्वरप्राप्ति का साधन बनाया तो आपकी आवश्यकता पूरी हो जायेगी लेकिन यदि उसे वासनापूर्ति का साधन बनाया तो महत्त्वाकांक्षा बढ़ेगी और इच्छापूर्ति-पूर्ति में जीवन खप जायेगा।''

२५ फरवरी को **आलंदी आश्रम (पुणे, महा.)** में सत्संग-कार्यक्रम सम्पन्न हुआ। ❐

✻ पूज्य बापूजी के सान्निध्य में 'होली-महोत्सव' ✻

दिनांक	स्थान	महोत्सव-स्थल	सम्पर्क
११ व १२ मार्च	नागपुर (महा.)	रेशीमबाग मैदान	०७१२-२६६७२६८, ९२२५२२४७७३.
१३ व १४ मार्च	ऐरोली (ठाणे, महा.)	MIDC ग्राउंड, पटनी के सामने, ठाणे-बेलापुर रोड	९८२०४५८८०७, ९८२१८३३५६३.
१५ व १६ मार्च	खाटू श्यामजी, सीकर (राज.)	श्री श्याम तोरण द्वार के पास, गवर्नमेंट पार्किंग के सामने	९८२९०४६७९६, ९८२९०६१७२७.
१७ व १८ मार्च (दोपहर तक)	दिल्ली	रामलीला मैदान, अजमेरी गेट	९८१०००१३०५, ९८११०४१३४२.
१८ (शाम) से २० मार्च	सूरत (गुज.)	संत श्री आसारामजी आश्रम, वरियाव रोड, जहाँगीरपुरा	०२६१-२७७२२०१, २७७२२०२
पूर्णिमा-दर्शन : दिल्ली व सूरत में			